



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBITO
DA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE E NO NÚCLEO AMPLIADO DE
SAÚDE DA FAMÍLIA (NASF): Uma revisão de literatura**

Itacyara Ferreira de Souza

Orientador(a): Prof. Me. Cátia Rodrigues dos Santos

Trindade - GO

2021

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBITO DA
ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE E NO NÚCLEO AMPLIADO DE SAÚDE DA
FAMÍLIA (NASF): Uma revisão de literatura**

Itacyara Ferreira de Souza

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitário
União de Goyazes como requisito
parcial para obtenção do título de
bacharel em Educação Física.

Orientadora: Prof. Me. Cátia Rodrigues dos Santos

Trindade - GO

2021

Itacyara Ferreira de Souza

**O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBITO DA
ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE E NO NÚCLEO AMPLIADO DE SAÚDE DA
FAMÍLIA (NASF): Uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitário
União de Goyazes como requisito
parcial à obtenção do título de
Bacharel em Educação Física,
avaliada pela seguinte banca
examinadora:

Cátia Rodrigues dos Santos

Prof. Orientador

Centro Universitário União de Goyazes

Flávia Rasmussen Faria

Prof. Interno:

Centro Universitário de Goyazes

Antenor Teodoro de Souza Junior

Prof. Externo:

Centro Universitário União de Goyazes

Trindade - GO

2021

AGRADECIMENTOS

A Deus em primeiro lugar, por me conceder o sopro da vida e por me conceder saúde e sabedoria para seguir com meus sonhos e objetivos;

A minha mãe por sempre estar ao meu lado dedicando-me tempo e esforço para o alcance do meu sonho;

Ao meu esposo por fazer parte dessa trajetória;

A minha filha, Maria Clara, com seu jeito meigo e apaixonante sempre se fazendo presente em meus sonhos;

A minha professora Flávia Rasmussem e a minha orientadora Cátia por acreditarem no meu potencial.

Itacyara Ferreira de Souza

O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBITO DA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE E NO NÚCLEO AMPLIADO DE SAÚDE DA FAMÍLIA (NASF): Uma revisão de literatura

Itacyara Ferreira de Souza ¹
Cátia Rodrigues dos Santos²

RESUMO

As propostas de atenção à saúde dentro do SUS vêm revolucionando cada vez mais, a exemplo disso, é a presença de profissionais de educação física na rede de Atenção Básica de Saúde e do Núcleo ampliado da saúde da família (NASF). Com isso, o objetivo do presente estudo foi de mostrar a importância da inserção do profissional de educação física dentro da atenção básica de saúde. Tratou-se de uma pesquisa qualitativa, baseada em achados de revisão literária, através de buscas online nas plataformas de saúde. Os resultados demonstraram o quão importante é para o bem estar da população de ter um acompanhamento com profissional de educação física dentro da atenção básica de saúde pública, já que esse profissional pode promover a saúde das pessoas através da prática de exercícios físicos, além de planejar, supervisionar e coordenar programas de atividades físicas, esportivas e recreativas. Contribuindo assim, para a melhoria da qualidade da assistência prestada à população através do NASF e das Academias de Saúde pública.

PALAVRAS-CHAVE: Atenção básica de saúde. Profissional de educação física. Exercícios físicos. Doenças.

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONALS IN THE BASIC HEALTH CARE AND IN THE FAMILY HEALTH SUPPORT CENTERS (NASF): a literature review

ABSTRACT

Health care proposals within the SUS (Brazil's Unified Health System) have been increasingly revolutionizing, an example of this is the presence of physical education professionals in the Basic Health Care and The Family Health Support Centers (NASF, acronym for Núcleos de Apoio à Saúde da Família, in Portuguese). Thus, the objective of this study was to show the importance of the insertion of physical education professionals into basic health care. It was a qualitative research, based on literature review findings, through online searches on health platforms. The results showed how important it is for the population's well-being to have a follow-up by a physical education professional within the basic public health care, since this professional can promote people's health through the practice of physical exercise, in addition to planning, supervising and coordinating physical, sporting and recreational activity programs. Thus, contributing to the improvement of the quality of care provided to the population through the NASF and the Public Health Gym.

KEYWORDS: Basic Health Care. Physical education professional. Physical exercises. Illnesses.

¹

Acadêmica do Curso de Bacharel em Educação Física da Faculdade União de Goyazes.

² Orientador (a): Prof. Me. da Faculdade União de Goyazes.

INTRODUÇÃO

Um dos grandes marcos brasileiro foi a criação do SUS (Sistema Único de Saúde) através da Constituição Federal de 1988, que em seu Art. 196 descreve que “a saúde é um direito de todos e um dever do estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação”. (BRASIL, 1988).

Na década de 1990 iniciou-se a implementação das propostas do Programa Saúde da Família (PSF) durante o governo do presidente Dr. Fernando Henrique Cardoso, pelo Ministério da saúde, ressaltando o contexto da política de saúde brasileira onde deveria contribuir para a construção e consolidação do Sistema Único de Saúde (SUS), tendo em sua base, o modelo assistencial a partir da atenção básica. (BRASIL, 1997).

O objetivo do PSF é de fornecer a atenção primária da saúde ao indivíduo diminuindo os gastos com a saúde e proporcionando uma melhor qualidade de vida para as pessoas de acordo com DIAS, (2007). O objetivo do PSF, consiste em romper com o conceito apenas de cura, proporcionando um trabalho que oferecesse uma melhor qualidade de vida ao cidadão, baseando-se na prevenção, promoção e proteção da doença.

Dentre as propostas apresentadas, pode ser citado o conjunto de profissionais do PSF (Programa de Saúde da Família), que presta serviços de acompanhamento à população e assistência, em grande parte, dos doentes crônicos, como os portadores de diabetes, hipertensão, estresse, obesidade, doenças respiratórias, doenças cardiovasculares, dentre outras. Essa equipe de profissionais denominada de equipe multidisciplinar ou interdisciplinar possui o intuito de aproximação com o cidadão comum proporcionando uma orientação para os mesmo em relação a uma qualidade de vida melhor. (FÁBIO; CARVALHO e NOGUEIRA, 2016).

Mediante a essa assistência, houve a criação dos Núcleos Ampliados de Saúde da Família (NASF), por meio da portaria GM/MS n. 154, de 24 de janeiro de 2008, onde se objetivou “ampliar a abrangência e o escopo das ações da atenção básica, bem como sua resolubilidade, apoiando a inserção da Estratégia Saúde da Família na rede de serviços e o processo de

territorialização e regionalização a partir da atenção básica” (BRASIL, 2008, p. 2). Os NASFs são estruturas de apoio às equipes de saúde da família (SF), compostas por diferentes profissionais, entre eles o profissional de educação física (PEF), que devem, entre outras questões, buscar instituir a plena integralidade do cuidado físico e mental aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) podendo ser de forma coletiva ou individual.

A educação física (EF) foi inserida oficialmente no Sistema Único de Saúde (SUS) através da resolução do conselho nacional de saúde (CNS) nº 218, de 06 de março de 1997 sendo reconhecida dentro da equipe multidisciplinar, isso fez com o que o papel do profissional de educação física fosse de maneira imprescindível no PSF. (BRASIL, 1997).

Em 2005 foi implantada a Educação física no âmbito do PSF, pela portaria nº1065/GM, expressa nos seus artigos 3º, 5º e 7º pela composição e criação dos núcleos de atenção de saúde da família. (BRASIL, 2009).

No art. 3º 1065/GM aponta que a atividade física (AF) é uma das quatro modalidades de ação em saúde, exposta em dois itens: O item.

I – Alimentação/nutrição e atividade física e o item II – atividade física. O art. 5º fala da necessidade de contratação de profissionais de Educação Física para a implantação do núcleo de atividade física. O profissional de educação física é destacado ainda no art.7º. Mas, a educação física teve realmente sua atuação no PSF no ano de 2008, com a criação de núcleos de apoio ao PSF dentro dos NASF, pela portaria nº 154/2008. (BRASIL, 2008).

Segundo o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF, 2010) a portaria nº154/2008 mostra a visão do governo e a demanda da sociedade em relação à importância do papel do profissional de educação física na prevenção de doenças e na promoção/manutenção da saúde da população.

Como é sabida, a proposta de trabalho do profissional de educação física se baseia no treinamento corporal, através da prática de atividades desportivas, atividades físicas e do exercício físico. O indivíduo ao praticar exercício físico regularmente faz com que seu organismo produza substâncias importantes para o equilíbrio do organismo, como a endorfina e dopamina, que são substâncias que proporcionam tranquilidade, calma, relaxamento e controle emocional. (SILVA, 2018).

As novas evidências vêm comprovando cada vez mais, a importância e contribuição da atividade física e do exercício físico para a melhoria da qualidade de vida de uma população. Isso se confirma, através de relações entre sedentarismo, como fator de risco, e estilo de vida ativo, como fator de proteção a doenças hipocinéticas e crônico-degenerativas, que é atualmente grande fonte de preocupação mundial no que se refere à Saúde Pública. (COQUEIRO; NERY; CRUZ, 2006).

Estudos apontam que os benefícios de práticas de exercício são inúmeros, tanto no fenômeno mental quanto fisiológico, aumentando a autoestima, reduzindo o aparecimento da ansiedade e depressão, melhorando as funções cardiorrespiratórias, sistema circulatório, redução dos sintomas vasomotores, pressão arterial, da existência de doenças cardiovasculares, prevenção da diabetes, osteoporose, aumento do percentual de gordura, hipertensão e alguns tipos de cânceres, assim, aumentando a probabilidade de vida. (SALVE, 2007).

O treino corporal é um critério que não usa medicamentos para controlar doenças crônicas, mas induz a produção de substâncias que podem levar ao controle das mesmas, como por exemplo, o exercício físico em pessoas hipertensas faz com que diminua o nível do volume sanguíneo, causando bradicardia, diminuindo o tônus simpático, assim promovendo a vasodilatação e melhorando a função e ação endotelial, e expansão da sensibilidade insulínica musculoesquelética. Também no controle de doenças cardiovasculares (DCV), que são atualmente a principal causa de mortalidade no mundo, gerando custos econômicos significativos para o sistema de saúde. (PRADO et al. 2012).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2016) cerca de 17,5 milhões de pessoas morrem anualmente de doenças cardiovasculares causa um de morte em todo o planeta. No Brasil, de acordo com dados notificados no DATASUS, houve 511.079 internações hospitalares, entre janeiro de 2013 a janeiro de 2018, por Infarto Agudo do Miocárdio (IAM), na faixa etária de 20 a 80 anos em ambos os sexos. Em janeiro de 2015, a taxa de mortalidade por IAM foi de 11,81% (BRASIL, 2018).

De acordo com Santos e Junior (2019) os Programas de reabilitação cardiovascular (RCV) baseiam-se em uma abordagem individualizada dos

pacientes, realizada por uma equipe capaz de prescrever exercício físico e de fortalecimento muscular, orientar sobre hábitos alimentares saudáveis e estimular a prática de atividades físicas.

A obesidade também tem ganhado destaque em todo o mundo e vem se tornando um problema público tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento. Segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) de 2015, no Brasil, a prevalência de excesso de peso na população de 18 anos ou mais de idade é de (56,9%) e, de obesidade na população da mesma faixa etária é de (20,8%), sendo um fator de risco para doenças como a diabetes, hipertensão e câncer.

Sendo assim, diante dos conteúdos expostos, e considerando que o profissional de educação física está habilitado para organizar, avaliar, coordenar ações especializadas, desenvolver atividades adequadas para cada indivíduo, respeitando cuidadosamente os problemas identificados, tomando os devidos cuidados para não ocasionar resultados negativos como: lesões musculares, lesões articulares, fraturas ósseas, cansaço, dores musculares, alterações nos batimentos cardíacos, cefaleia e consequente aumento da pressão arterial (OLIVEIRA; OLIVEIRA; POSTIGO, 2011), o objetivo da presente pesquisa que é mostrar, através de uma revisão de literatura, a importância da inserção do profissional de educação física dentro da atenção básica de saúde e no núcleo ampliado de saúde da família (NASF).

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva - bibliográfica. A pesquisa bibliográfica abrange toda bibliografia em relação ao tema estudado e utiliza-se toda documentação já tornada pública. A pesquisa bibliográfica não é apenas a repetição do que já foi escrito sobre determinados assuntos, mas proporciona a análise de um tema sob nova abordagem, obtendo assim, diferentes aspectos científicos.

Para o alcance dos objetivos, foi realizado um levantamento nas bases de dados buscas *online* nas plataformas de saúde, como: *LILACS*, *SCIELO*, *FIOCRUZ*, Portal do Ministério da Saúde/Senado Federal, Conselho Federal de Educação Física (COFEN), Revista Digital – Buenos Aires, entre outros e utilizando os seguintes descritores de saúde (Decs): Limitação de critérios de inclusão, sendo estes: atualização do assunto, adequação do artigo ao tema abordado nesta pesquisa, procedência da pesquisa e sobre tudo, relevância da pesquisa para a comunidade científica, priorizando artigos científicos publicados na última década, com enfoques nos seguintes temas físicos; A atuação do profissional de educação física no sistema de saúde pública; A importância da Educação Física nos PSFs; o papel exercido pelo profissional de educação física dentro do NASF, os benefícios oferecidos com o tratamento não medicamentoso, atenção básica de saúde; Educação Física; Exercícios físicos; Doenças crônicas e degenerativas. O critério de exclusão foram artigos que fizeram fuga ao tema, artigos com informações duvidosas, referências incompletas.

Todo material adquirido foi lido completamente, e separados pelos diversos tópicos de trabalhos em uma pasta de arquivo eletrônico. A pesquisa foi baseada em achados de revisão literária realizada e desenvolvida de acordo com as normas da ABNT e tendo LAKATOS; MARCONI (2003) como autores de referência para a pesquisa qualitativa.

Para os critérios de inserção, foram selecionados livros, artigos, portarias, leis publicadas entre 1988 a 2019, pertinentes para o estudo, em idioma português e relacionado à importância da inserção do profissional de educação física dentro da atenção básica de saúde juntamente ao NASF.

Seguindo um processo de 3 etapas, elaboradas por Lakatos e Marconi (2003), sendo a Etapa 1: seleção de todo material; Etapa 2: Leitura completa e produção de arquivos; Etapa 3: Filtragem e seleção final. As buscas das pesquisas citadas foram realizadas no período de fevereiro de 2021 a outubro de 2021.

Ao final das buscas nas bases de dados, foram encontradas 31 bibliografias *online* nas plataformas de saúde e tendo 05 estudos excluídos por não estarem em idioma português (Etapa 1). Na etapa seguinte, dos 26 selecionados, entre artigos, teses, portarias, leis, entre outros, que após as análises, 19 artigos foram excluídos por não preencherem na íntegra todos os critérios e filtros propostos para a construção do estudo (Etapa 2). Assim, 06 estudos foram selecionados para compor a versão final dessa revisão bibliográfica (Etapa 3) (Tabela 1).

Tabela 1: Etapas de seleção dos estudos para composição da Revisão Literária.

ETAPA 1	Estudos selecionados	31	05 Excluídos – Por não estarem em idioma português.
ETAPA 2	Estudos completamente lidos	26	20 Excluídos – Por não preencherem na íntegra todos os critérios e filtros propostos para a elaboração do estudo.
ETAPA 3	Estudos selecionados para a redação final	06	Obedecem a todos os critérios da pesquisa.

Fonte: Produzida pelos autores da pesquisa - Trindade/2021.

RESULTADOS/ DISCUSSÃO

Conforme as pesquisas encontradas e descritas por vários autores, a participação dos profissionais de Educação Física em uma equipe multiprofissional pode contribuir para a melhoria da assistência prestada à população na área da saúde dentro do SUS através da Atenção Básica

juntamente com o NASF. E dentre o material selecionado (6 ao todo) alguns ganharam destaque para uma melhor visualização dos resultados, isso pode ser observado conforme tabela 2:

TABELA 2 – Relação dos estudos utilizados na pesquisa

AUTOR ANO	OBJETIVO DA PESQUISA	TÍTULO	TIPO DE PESQUISA	RESULTADOS
FÁBIO; CARVALHO E NOGUEIRA 2016	Demonstrar o marco na institucionalização das PC e AF nas UBS, como ações de promoção da saúde na atenção básica.	Práticas corporais e atividades físicas na perspectiva da Promoção da Saúde na Atenção Básica.	Análise crítica	Resultou-se a importância da criação do processo de institucionalização e implementação das PC e AF como ações de promoção da saúde nas UBS dentro do NASF.
OLIVEIRA; OLIVEIRA; POSTIGO 2011	Apresentar a importância da ação do profissional de educação física na saúde pública e o quanto é necessário a sua inserção nestes projetos.	O profissional de Educação Física e sua atuação na saúde pública	Revisão Literária	Certificou-se que é necessário a mudanças de hábitos das pessoas e, ao juntamente com órgãos governamentais na criação de projetos ou melhoria dos mesmos existentes, com o intuito de haver uma melhor qualidade de vida da população e maior economia dos gastos públicos,
PRADO et al. 2012	Realizar uma revisão teórica acerca do efeito hipotensor do exercício físico.	Exercício físico no tratamento da hipertensão arterial sistêmica: Hipotensão pós-exercício e prescrição de exercício físico para pacientes hipertensos.	Revisão Literária	Resulta que o exercício físico possuem mecanismos hipotensores comprovados em diversos estudos levantados no presente artigo.
SANTOS; JUNIOR, 2019	Os benefícios do exercício físico na reabilitação cardiovascular em pacientes com infarto agudo do miocárdio (IAM) em fase 1.	Benefícios do exercício físico na reabilitação fase 1 cardiovascular em pacientes com infarto agudo do miocárdio: revisão sistemática	Revisão Literária	Resultou-se que a intervenção fisioterapêutica obteve avanços no processo de reabilitação cardiovascular pós IAM com exercício físico.

DIAS, et al. 2007	Verificar a importância da atividade física orientada como proposta para auxiliar o controle da diabetes mellitus na Estratégia Saúde da Família.	A importância da execução de atividade física orientada: uma alternativa para o controle de doença crônica na atenção primária.	Revisão Literária	Conclui-se que a Prática de atividade física é de extrema ajuda no tratamento para diabéticos, porque auxilia no controle da glicemia, propiciando menos custos na aquisição de medicamentos.
COQUEIRO, NERY E CRUZ 2006	Iniciar algumas discussões acerca da inserção do professor de Educação Física no Programa de Saúde da Família	Inserção do professor de Educação Física no Programa de Saúde da Família. Discussões preliminares	Revisão Literária	Resultou-se que não há material suficiente de estudo publicado para a discussão do tema.

Fonte: Produzida pela autora da pesquisa – Trindade – GO – 2021.

Como pôde ser observado no quadro acima, os estudos evidenciaram de forma positiva ao que se refere ao tema da pesquisa. É o que nos mostra a pesquisa de Fábio; Carvalho e Nogueira (2016) onde relatam que, os dez anos da publicação da Política Nacional de Promoção da Saúde, é um marco na institucionalização das Práticas Corporais e Atividade Física na Atenção Básica, e o exponencial crescimento da oferta desta forma de cuidado no cotidiano dos serviços justificam a reflexão crítica sobre o processo de institucionalização e implementação das práticas corporais e atividades físicas como ações de Promoção da Saúde na Atenção Básica.

E de acordo com Dias et. al. (2007) há concordância de que a prática de exercícios físicos prescritos por profissionais de educação física dentro do NASF é de extrema relevância ao poder público, ou seja, doenças como diabetes, hipertensão e coronarianas, por exemplo, ao serem tratadas de forma não medicamentosa faz com que haja a economia nos gastos com fármacos disponibilizados pelo SUS para o tratamento dessas doenças, além dessa economia, não haveria supostos efeitos colaterais causados pela utilização desses medicamentos, além de que o tratamento pode ser realizado de forma individual ou coletiva possibilitando a integração social dos indivíduos, resultando em um bem estar físico psíquico e social.

A pesquisa realizada por Silva (2018), também reforça, que através da proposta de trabalho do profissional de educação física, que se baseiam

no treinamento corporal, da prática de atividades desportivas, atividades físicas e do exercício físico, que o indivíduo ao praticar exercício físico regularmente faz com que seu organismo produza substâncias importantes para o equilíbrio do organismo, como a endorfina e dopamina, que são substâncias que proporcionam tranquilidade, calma, relaxamento e controle emocional.

Também na pesquisa do PRADO et al. (2012), os autores puderam verificar que, o exercício físico é uma estratégia anti-hipertensiva altamente eficaz, com mecanismos hipotensores comprovados em diversos estudos levantados no presente artigo. Os mecanismos que norteiam a queda pressórica pós-treinamento físico estão relacionados ao tipo de exercício físico e a intensidade, que podem causar a redução do débito cardíaco, e podendo ser explicado pela diminuição da frequência cardíaca de repouso e consequentemente causando a diminuição da pressão arterial, sendo assim o indivíduo passa a ter uma qualidade de vida maior se não for hipertenso. (SANTOS; JUNIOR. 2019).

A organização mundial da saúde (OMS, 2020) relata que a hipertensão afeta mais de 30% da população adulta em todo mundo, ser hipertenso significa que o coração tem que trabalhar para vencer os altos valores de pressão, essa população tem mais chances de apresentar problemas cardíacos, renais e acidente vascular encefálico (AVE), os fatores que podem influenciar nos níveis de pressão arterial são: tabagismo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, obesidade, estresse, elevado, consumo excessivo de sal, níveis altos de colesterol e principalmente a falta de atividade física.

O NASF possui vários tipos de atendimento ao usuário podendo ser de forma individual ou coletiva, esse atendimento pode ocorrer tanto no espaço físico do posto, centro, unidade de Saúde básica, como também em domicílio. O PF (Profissional de educação física) atua no auxílio das reabilitações com pós-traumático, operatório, pacientes que sofreram AVE (Acidente vascular cerebral), pacientes com doenças crônicas, degenerativas e além é claro, o trabalho de atuação na prevenção das doenças, nesse trabalho é realizado avaliações de medidas antropométricas, bioimpedância, dobras cutâneas, aferição de PA (Pressão arterial) e nível de oxigênio dentre outros testes. (SILVA, 2018).

O atendimento realizado pelo NASF são ações trabalhadas em conjunto com os demais profissionais da unidade de atendimento ao usuário, ou seja, no caso do atendimento a um usuário em reabilitação pós-traumática, por exemplo, a atuação, muito provavelmente, ocorreria conjuntamente com médico da família, enfermeiro (da equipe de referência) e fisioterapeuta do NASF (SILVA, 2018).

As atividades coletivas ocorrem em grupos podendo ser em qualquer local de convivência, esses grupos são divididos, por exemplo, entre: (temáticas - doenças crônicas); (promoção de saúde - para usuários que não necessariamente possuem algum diagnóstico) e (grupos voltados para saúde laboral) dentre outros. É de extrema importância que a participação dos usuários seja registrada nos prontuários sendo dada de maior relevância a informação de saúde. A constituição dos grupos normalmente surge da demanda local, a partir das discussões geradas durante as reuniões de matricialmente (SILVA, 2018).

Os autores Santos e Junior, (2019), descreveram em seus estudos que, a intervenção fisioterapêutica obteve avanços no processo de reabilitação cardiovascular pós IAM (Infarto agudo do miocárdio). E que exercício físico está intimamente relacionado ao sucesso terapêutico e que a sua prática regular é um dos principais responsáveis diretos pelos resultados favoráveis da redução das taxas de mortalidade cardíaca e por todas as causas, além de contribuir para a diminuição da ocorrência de outros eventos coronarianos.

Conclusão que também ganhou destaque no estudo de Dias (et. al., 2007), sobre os indivíduos diabéticos, concluindo que, a atividade física pode trazer benefícios fisiológicos, psicológicos e sociais para seus participantes e que, para o indivíduo diabético, praticar atividade física é de extrema ajuda em seu tratamento, porque auxilia no controle da glicemia, propiciando menos custos na aquisição de medicamentos, e ainda para que essas atividades físicas tragam algum benefício sem riscos é necessária à prescrição por educador físico.

Nesse contexto, esses mesmos autores, reforçaram a importância da atuação do profissional de educação física dentro da Atenção Básica de Saúde. Podendo ser avaliada pela responsabilidade que esse profissional possui, uma vez que, um programa de exercícios mal elaborado, pode causar

ao praticante, hipoglicemia, sangramento na retina, perda de proteínas na urina, complicações cardíacas e até morte súbita, principalmente se o indivíduo for também hipertenso além de diabético. Os participantes devem ter seus níveis glicêmicos adequados para obter as vantagens proporcionadas pelo exercício, pois do contrário a probabilidade de riscos do exercício físico pode ser maior do que a de benefícios. (DIAS, et. al., 2007).

Percebe-se que a relação da atividade física com a saúde até alguns anos atrás, não era objeto de estudo em destaque pela Educação Física, no que diz respeito à Atenção Básica. As novas evidências vêm comprovando cada vez mais, a importância e contribuição do profissional de educação física para a melhoria da qualidade de vida de uma população dentro da saúde pública.

E os autores Coqueiro, Nery e Cruz (2006) dizem que, atualmente a atividade física e saúde, vêm se constituindo em uma das mais importantes áreas de estudo e pesquisa. Isso se evidencia pela enorme quantidade de ensaios experimentais que estão sendo publicados na literatura, cujos interesses são verificar os efeitos benéficos da atividade física sobre variáveis fisiológicas, metabólicas, morfológicas e psicológicas.

Porém, segundo com a pesquisa de Oliveira, Oliveira e Postigo (2011) se fazem necessário uma grande mudança de hábitos das pessoas e, ao mesmo tempo, iniciativas dos órgãos governamentais na criação de novos projetos ou expansão dos que já existem que resulta, em uma melhor qualidade de vida da população e maior economia da renda pública, reduzindo os gastos com medicamentos e assistências de recuperação emergenciais.

E para que haja uma grande mudança de hábitos das pessoas, há também uma grande necessidade da inserção do profissional de Educação Física no campo de trabalho da saúde pública. É ele a pessoa habilitada para desenvolver atividades adequadas para cada indivíduo, respeitando cuidadosamente os problemas identificados. Esse profissional é capaz de organizar, avaliar e, coordenar ações especializadas, e esses cuidados são imprescindíveis para uma redução de gastos com recuperação da saúde. (OLIVEIRA; OLIVEIRA; POSTIGO. 2011).

Ideia reforçada pelo Ministério da Saúde (2008 e 2012) onde ele descreve que a participação dos profissionais de Educação Física em uma

equipe multiprofissional se faz muito importante, uma vez que, este pode contribuir para a melhoria da qualidade da assistência prestada à população na área da saúde dentro do SUS através do Núcleo de Apoio à Saúde da Família e das Academias de Saúde, vindo fortalecer e enriquecer a saúde pública, já que a comunidade assistida por esse profissional tem mostrado uma melhora significativa em seu estado de saúde, através das ações de promoção, prevenção e reabilitação.

CONCLUSÃO

A participação dos profissionais de Educação Física em uma equipe multiprofissional contribui para a melhoria da qualidade da assistência prestada à população na área da saúde dentro do SUS através do NASF. Vindo fortalecer e enriquecer a saúde pública, já que a comunidade assistida por esse profissional tem mostrado uma melhora significativa em seu estado de saúde, através das ações de promoção, prevenção e reabilitação.

Frisa-se, que através das orientações e acompanhamento das práticas de atividades físicas com base em conhecimentos científicos, com certeza haverá uma desmistificação de concepções equivocadas quanto às práticas de exercícios físicos e também passando a existir uma população com estilo de vida mais saudável através das ações desenvolvidas pelo profissional de educação física. Também pôde se obter um resultado satisfatório quanto às ações que são desenvolvidas pelo profissional da educação física para a diminuição e/ou cura de doenças crônicas e/ou relacionadas ao sedentarismo e, assim, sendo alcançado o resultado esperado.

Acredita-se também que, este trabalho será de grande relevância para três vertentes, sendo, para a população acadêmica, para as instituições de ensino superior de Educação Física bem como para a Saúde Pública. Pois, mostrou-se o quão importante é para a saúde geral de a população ter um acompanhamento com profissional de educação física dentro da atenção básica de saúde pública: NASF.

REFERÊNCIAS

AGENCIA BRASIL, OMS: 17,5 milhões de pessoas morrem todos os anos de doenças cardiovasculares. Publicado em 29/09/2016 -11:42 por Paula Laboissi're – repórter da Agencia Brasil – Brasília. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2016-09/oms-175-milhoes-de-pessoas-morrem-todos-os-anos-de-doencas-cardiovasculares>. Acesso em: 15 set. 2021.

BRASIL, Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Atenção Básica. Departamento de Atenção Básica. Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Brasília; 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da Família: uma estratégia de organização dos serviços de saúde. Brasília: Secretaria de Assistência à Saúde, 1997.

_____. Ministério da Saúde. Portaria n. 154, de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família - NASF. Brasília: MS, 2008.

_____. Ministério da Saúde. *Atenção Básica e a Saúde da Família*. Brasília: Saúde da Família, Departamento de Atenção Básica, Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/dab/atencaobasica.php> . Acesso em 13 de mar. 2021.

_____. Constituição (1988). Constituição [da] República Federativa do Brasil. Brasília: Senado Federal, 1988.

_____. Ministério da Saúde e CONFEF discutem importância do profissional de Educação Física. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/sgtes/45142-ministerio-da-saude-e-confef-discutem-importancia-do-profissional-de-educacao-fisica>. Acesso em: 15 fev. 2021.

_____. Ministério da Saúde, DATASUS. Morbidade Hospitalar do SUS-geral, por local de internação, 2018. Disponível em: <<http://www2.datasus.gov.br>>. Acesso em: 08 jul. 2021.

Conselho Federal de Educação Física. **Recomendações sobre Condutas e Procedimentos do Profissional de Educação Física**/ Silva, Francisco

Martins da (organizador), Luciene Ferreira Azevedo, Antonio César Cabral de Oliveira, Jorge Roberto Perroux de Lima, Marcelo Ferreira Miranda (autores). Rio de Janeiro: CONFEF, 2010.

COQUEIRO, R. S.; NERY, A. A.; CRUZ, C. V. Inserção do professor de educação física no Programa de Saúde da Família. Discussões preliminares. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 11, N° 103, Dezembro de 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd103/professor-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 14 mar.2021.

DIAS, J. A.; PEREIRA, T.R.M.; LINCOLN, P. B.; SILVA, Sobrinho. A importância da execução de atividade física orientada: uma alternativa para o controle de doença crônica na atenção primária. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, ano 12, N° 114, novembro de 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd114/a-importancia-da-execucao-de-atividade-fisica-orientada.htm>. Acesso em: 14 fev. 2021.

FABIO F. B. CARVALHO, JÚLIA A. D. NOGUEIRA - **Práticas corporais e atividades físicas na perspectiva da Promoção da Saúde na Atenção Básica. 2016.** Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015216.07482016>. Acesso em: 17 fev. 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **56,9% dos brasileiros têm excesso de peso, diz pesquisa de saúde do IBGE.** Disponível em <<http://g1.globo.com/bemestar/noticia/2015/08/569-dos-brasileiros-tem-excesso-de-peso-diz-pesquisa-de-saude-do-ibge.html>>. 2015. Acesso em: 26 Set. 2021.

LAKATOS, E. M. & MARCONI, M. A. et. al. Fundamentos de metodologia científica. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2003.

OLIVEIRA, C. S.; OLIVEIRA E. M.; POSTIGO, J. O profissional da Educação Física e sua atuação na saúde pública. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 153, Febrero de 2011.* Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd153/o-profissional-de-educacao-fisica-na-saude-publica>. Acesso em: 17 mar. 2021.

PRADO, A. I. M. et al. Exercício físico no tratamento da hipertensão arterial sistêmica: Hipotensão pós-exercício e prescrição de exercício físico para pacientes hipertensos. **Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe , Espanha e Portugal**, Minas Gerais, v. 8, n. 2, p.719-724, 2012.

SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. A prática da atividade física: estudo comparativo entre os alunos de graduação da UNICAMP (Universidade Estadual de Campinas, Brasil). **Revista de Desporto e Saúde da Fundação Técnica e Científica do Desporto**. CAMPINAS, 2007.

SANTOS, D.S.; JUNIOR, E.A.S. Benefícios do Exercício Físico na Reabilitação Fase 1 Cardiovascular em Pacientes Com Infarto Agudo do Miocárdio:

REVISÃO SISTEMÁTICA. Textura, Governador Mangabeira-BA, v. 13, n. 22, p. 197-205, jul - dez, 2019.

SILVA, A.J.F. **A Importância Dada Pelos Acadêmicos de Enfermagem aos Exercícios Físicos. Monografia**, Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – Mossoró/RN. 2018.