

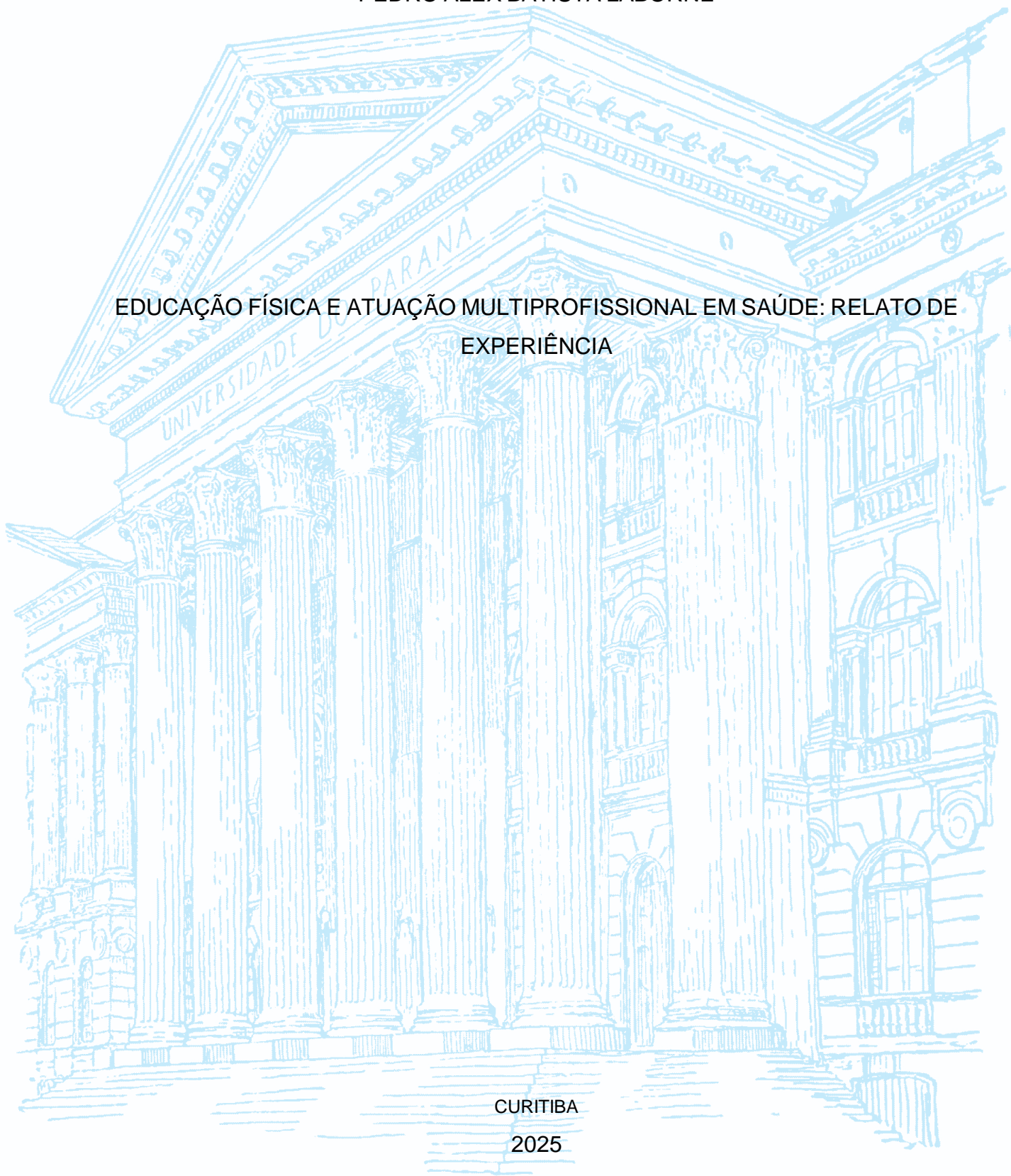
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

PEDRO ALEX BATISTA LABORNE

EDUCAÇÃO FÍSICA E ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE: RELATO DE
EXPERIÊNCIA

CURITIBA

2025



PEDRO ALEX BATISTA LABORNE

EDUCAÇÃO FÍSICA E ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao Curso de Graduação em Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Lucélia Justino Borges

CURITIBA

2025

TERMO DE APROVAÇÃO

PEDRO ALEX BATISTA LABORNE

EDUCAÇÃO FÍSICA E ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Profa. Dr(a). Lucélia Justino Borges - Orientadora
Setor de Ciências Biológicas
Universidade Federal do Paraná

Profa. Dr(a). Letícia Godoy
Setor de Ciências Biológicas
Universidade Federal do Paraná

Bacharela Jeyziely Loyze De Souza Dos Santos
Setor de Ciências Biológicas
Universidade Federal do Paraná

Curitiba, 1 de julho de 2025.

Aos meus pais e irmã, que sempre apoiaram as minhas decisões, emocionalmente e financeiramente.

À Alessandra, com quem eu partilho esta vida.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Dr^a Lucélia Justino Borges, pela ideia de realizar um relato de experiência, a orientação e paciência.

À coordenação do curso de Educação Física desta universidade, onde no ano de 2024, em plena greve, os técnicos prestaram um serviço excepcional no processo de aprovação do meu termo de compromisso de estágio.

À Comissão Orientadora de Estágio, pela mesma agilidade.

A todos os profissionais registrados no diário de campo desta pesquisa, onde a troca de experiência profissional me fez perceber a magnitude que é a promoção da saúde.

Aos idosos também presentes nos registros desta pesquisa. Espero ter feito o meu melhor para atender as suas expectativas quanto futuro Profissional de Educação Física.

“A atenção primária é complexa. Seus desafios exigirão esforços conjuntos na pesquisa e na tradução sistemática do conhecimento em políticas. Embora a atenção primária tenha se tornado cada vez mais reconhecida como um aspecto crítico dos sistemas de saúde, ela ainda sofre de uma falta de apreciação de suas características e contribuições, sendo que suas funções estão sob constante ameaça de serem banalizadas no zelo de economizar em serviços de saúde. Uma atenção primária forte é essencial para um sistema de saúde forte.” (Barbara Steinfield)

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de estágio supervisionado em Educação Física na Atenção Primária à Saúde (APS), com foco na atuação junto à população idosa. A partir de uma abordagem qualitativa e descritiva, por meio de registros em diário de campo, observações e participação em atividades práticas, buscou-se compreender os desafios, aprendizados e contribuições desse processo formativo para a construção de um cuidado mais integral e humanizado. Ao longo da vivência, foi possível identificar a importância da comunicação com a equipe multiprofissional, das discussões de casos clínicos e da inserção da prática corporal como parte da promoção à saúde. Os resultados demonstram que o Profissional de Educação Física tem papel relevante na APS, indo além da prescrição de exercícios, contribuindo para o bem-estar físico, mental e social dos idosos, onde os desafios observados na APS envolvem a complexidade do perfil dos idosos e barreiras na comunicação e integração com a equipe multiprofissional. Para a equipe multiprofissional, o PEF colaborou com a integralidade da saúde do idoso, relatando em casos clínicos situações acerca do quadro funcional dos idosos, comunicação e articulação de demandas e fortalecimento dos vínculos com os idosos. A experiência evidenciou, ainda, a necessidade de fortalecer a formação interprofissional e de ampliar os espaços de escuta, diálogo e atuação conjunta entre os membros da equipe de saúde.

Palavras-chave: Educação Física. Atenção Primária à Saúde. Idoso. Equipe Multiprofissional. Promoção da Saúde.

ABSTRACT

This paper aims to report the experience of a supervised internship in Physical Education within Primary Health Care (PHC), focusing on work with the elderly population. Through a qualitative and descriptive approach, based on field diary records, observations, and participation in practical activities, the study sought to understand the challenges, learnings, and contributions of this formative process to the construction of more comprehensive and humanized care. Throughout the experience, the importance of communication with the multidisciplinary team, the discussion of clinical cases, and the inclusion of physical activity as a health promotion strategy became evident. The results show that the Physical Education Professional plays a significant role in PHC, going beyond exercise prescription and contributing to the physical, mental, and social well-being of older adults, where the challenges observed in PHC involve the complexity of the elderly's profile and barriers in communication and integration with the multidisciplinary team. For the multidisciplinary team, the PEP collaborated with the integrality of the elderly's health, reporting in clinical cases situations regarding the functional framework of the elderly, communication and articulation of demands and strengthening of bonds with the elderly. The experience also highlighted the need to strengthen interprofessional education and to expand spaces for listening, dialogue, and collaborative action among healthcare team members.

Keywords: Physical Education. Primary Health Care. Elderly. Multidisciplinary Team. Health Promotion.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – CATEGORIAS ANALÍTICAS

58

LISTA DE ABREVIATURAS OU SIGLAS

PEF	- Profissional de Educação Física
APS	- Atenção Primária à Saúde
EF	- Educação Física
NASF	- Núcleo de Apoio à Saúde da Família
AF	- Atividade Física
PNAB	- Política Nacional de Atenção Básica
DCNT	- Doenças Crônicas Não Transmissíveis
SUS	- Sistema Único de Saúde
DFT	- Demência Frontotemporal

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	16
2 OBJETIVOS	18
2.1 OBJETIVO GERAL.....	18
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	18
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	19
3.1 A ATUAÇÃO DO PEF NA APS.....	19
3.2 ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL E A EF	20
3.3 CUIDADO INTEGRAL À SAÚDE DO IDOSO E A EF.....	22
4 METODOLOGIA.....	23
4.1 CARÁTER DO ESTUDO	23
4.2 ATIVIDADES REALIZADAS E REGISTROS.....	24
5 RESULTADOS	26
5.1 CONTEXTUALIZAÇÃO	26
5.2 O DIÁRIO DE CAMPO.....	26
6 DISCUSSÃO	58
6.1 A VIVÊNCIA PRÁTICA COMO ESTAGIÁRIO DE EF EM UMA APS	60
6.2 A INTEGRAÇÃO COM A EQUIPE MULTIPROFISSIONAL	62
6.3 A PROMOÇÃO À SAÚDE DO IDOSO.....	65
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	68
8 REFERÊNCIAS	70

1 INTRODUÇÃO

A integração do Profissional de Educação Física (PEF) na Atenção Primária à Saúde (APS) é reflexo de uma ampliação da compreensão sobre o objetivo da atividade física (AF) na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Nos últimos anos, o PEF passou a ter reconhecimento como parte integradora das equipes de promoção à saúde, contribuindo com intervenções que vão além da reabilitação, com foco na promoção da qualidade de vida e no bem-estar geral (Saporetti; Miranda; Belisário, 2016). A Portaria nº 154 (Brasil, 2008) define que os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) foram criados para ampliar a assistência à saúde, integrando o PEF em equipes multiprofissionais. Essa ampliação, impulsionada por políticas de saúde pública, permitiu que o profissional expandisse sua atuação, particularmente na APS, na qual o cuidado é direcionado para a promoção da saúde e a prevenção de agravos de diversas condições especiais de saúde (Mendes, 2012).

A integração do PEF em equipes multiprofissionais na APS contribui para o cuidado integral à saúde, considerando a complexidade da assistência. Em conjunto com profissionais de diferentes áreas da saúde, como médicos, enfermeiros, nutricionistas e fisioterapeutas, o PEF desempenha uma atuação importante na implementação de estratégias que envolvem a prática de atividades físicas para diferentes grupos populacionais (Pacheco; Bonacelli, 2017). No contexto da atenção à saúde do idoso, essa atuação conjunta é fundamental, considerando a tamanha complexidade das demandas de saúde dessa população (Miranda; Mendes; Silva, 2016).

O PEF, inserido nesse contexto, tem a responsabilidade de promover a saúde do idoso por meio de intervenções que previnam a perda de funcionalidade e melhorem a qualidade de vida (Coelho; Burini, 2009). A prática regular de exercícios físicos, quando tem a devida orientação, contribui para a prevenção de quedas, o controle de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), e o fortalecimento da capacidade física e mental dos idosos (Fidelis; Patrizzi; Walsh, 2013). A atuação nesse campo, fortalecido pelo Ministério da Saúde quanto à inserção de práticas corporais e atividades físicas, fortalece o PEF dentro da APS. (Lima *et al.*, 2024).

A inserção do PEF em equipes da APS tem se mostrado uma estratégia importante para promover a saúde dos idosos, por meio de intervenções focadas na

prevenção de doenças, reabilitação funcional e melhoria da qualidade de vida (Saporetti; Miranda; Belisário, 2016). Assim, este trabalho tem como objetivo relatar a vivência de um estagiário de EF em uma equipe multiprofissional de atenção primária à saúde do idoso em uma cooperativa médica, destacando os aprendizados e desafios enfrentados no cotidiano da prática. Este estudo se justifica pelo cenário atual de envelhecimento populacional, tanto no Brasil quanto no mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a população idosa mundial está crescendo de forma acelerada, e a partir de 2050 o número de pessoas com 60 anos ou mais deverá dobrar para 2.1 bilhões (WHO, 2024). No Brasil, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) projeta que até 2030, o número de idosos será maior do que o de crianças e adolescentes, o que representa um grande desafio para o sistema de saúde (IBGE, 2024). Nesse contexto, a promoção de um envelhecimento saudável é essencial, e a prática regular de AF desempenha um papel central na prevenção de doenças crônicas, na manutenção da autonomia dos idosos, na melhoria da saúde e da qualidade de vida (Saporetti; Miranda; Belisário, 2016).

Acredita-se que essa análise possa contribuir para a compreensão dos papéis e potencialidades do PEF na atenção ao idoso, oferecendo subsídios para a formação acadêmica e para a prática profissional, em especial, sobre as práticas interprofissionais na saúde voltadas ao cuidado da pessoa idosa. Além disso, o estudo se alinha às diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 2006), que reforça a importância da atuação de equipes multiprofissionais na atenção integral ao idoso. A contribuição do estudo se estende a gestores de saúde e profissionais, ao evidenciar a necessidade de estratégias colaborativas na promoção do envelhecimento saudável, assim como à comunidade acadêmica, ao refletir sobre a formação em EF para atuar em contextos de atenção à saúde. Dessa forma, este trabalho também pode contribuir para reflexões sobre a formação inicial em EF, no campo da saúde.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Relatar as atividades e intervenções realizadas por um estagiário de EF, por meio da pesquisa-observacional, no contexto da atenção primária à saúde do idoso em uma cooperativa médica, detalhando as experiências e práticas desenvolvidas no cuidado dessa população em conjunto com a equipe multiprofissional presente na APS.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Destacar os aprendizados e os desafios enfrentados ao longo da vivência prática como estagiário, com o intuito de identificar possibilidades de aprimoramento para a formação e atuação de futuros profissionais de EF no campo da saúde do idoso.

Relatar as interações com a equipe multiprofissional, analisando a atuação colaborativa para a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Descrever as experiências vivenciadas no estágio realizado na APS, detalhando as experiências e práticas desenvolvidas no cuidado integral da pessoa idosa.

3 REVISÃO DE LITERATURA

Esta seção abordará a atuação do PEF na APS, a atuação multiprofissional da EF, o cuidado integral à saúde do idoso e a EF.

3.1 A ATUAÇÃO DO PEF NA APS

A atuação do PEF na APS, especialmente no contexto multiprofissional, tem ganhado espaço dentro das equipes de saúde da APS, onde sua atuação envolve desde a prescrição de exercícios físicos até a condução de atividades coletivas e intervenções específicas para grupos vulneráveis, como os idosos. A prática regular de AF é amplamente reconhecida como importante para a promoção da saúde física, mental e social da população idosa. Estudos indicam que a AF contribui para a prevenção de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e doenças cardiovasculares, além de auxiliar na reabilitação e manutenção da capacidade funcional, reduzindo o risco de quedas e melhorando a qualidade de vida dos idosos (Fidelis; Patrizzi; Walsh, 2013). A Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) reconhece o PEF como parte integrante das equipes de apoio, especialmente no âmbito dos NASF, ampliando as possibilidades de atuação desse profissional nas políticas de promoção de saúde e prevenção de doenças (Pacheco; Bonacelli, 2017).

A APS é caracterizada pelo seu foco em ações preventivas e na promoção da saúde, priorizando o cuidado contínuo e integral do indivíduo em todos os ciclos da vida. Nesse contexto, o PEF atua não apenas na prescrição de exercícios físicos, mas também no desenvolvimento de estratégias educativas que visam melhorar o conhecimento dos pacientes sobre os benefícios de um estilo de vida ativo e sobre a importância de adotar hábitos saudáveis de forma sustentável ao longo do tempo. A AF regular, orientada por profissionais qualificados, é uma das intervenções mais eficazes para a promoção da saúde, contribuindo significativamente para a prevenção de doenças crônicas e o aumento da qualidade de vida, especialmente entre idosos (Saporetti; Miranda; Belisário, 2016). Nesse sentido, a APS desempenha um papel crucial como a porta de entrada para o Sistema Único de Saúde (SUS), sendo o nível mais acessível e estratégico para implementar políticas de promoção da AF entre os

idosos, diminuindo a demanda por serviços de saúde mais complexos (Facchini; Tomasi; Dilélio, 2018).

Por meio de ações de promoção de saúde, o PEF tem a oportunidade de trabalhar diretamente com os pacientes, oferecendo orientações práticas e teóricas sobre como a AF pode ser incorporada ao cotidiano, seja em casa, no trabalho ou no lazer. O objetivo é não apenas incentivar a prática regular de exercícios, mas também promover a autonomia dos indivíduos para que eles possam adotar e manter hábitos saudáveis ao longo da vida, de acordo com a fisiologia do envelhecimento. (Nóbrega *et al.*, 1999).

3.2 ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL E A EF

A atuação do PEF, no entanto, não é isolada. Em unidades de saúde, sejam elas públicas ou privadas, a presença do PEF como parte da equipe multiprofissional permite uma abordagem mais ampla e coordenada das necessidades de saúde dos pacientes. O trabalho conjunto entre PEFs, médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas e psicólogos possibilita um cuidado mais abrangente, em que diferentes dimensões da saúde são abordadas de forma integrada.

Essa integração multiprofissional permite que o PEF atue de maneira mais eficaz, pois suas intervenções físicas são complementadas por cuidados nutricionais, terapêuticos e clínicos, o que resulta em um plano de cuidado mais colaborativo a partir da interação entre a equipe (Júnior; Almeida, 2023). Uma das principais contribuições do PEF está no campo da educação em saúde. Ao trabalhar com a promoção de hábitos de vida saudáveis, o PEF desempenha um papel crucial na conscientização dos pacientes sobre a importância da prática regular de AF, alimentação adequada e manutenção de um estilo de vida ativo. Essa educação para a saúde é fundamental para a prevenção de DCNT, como hipertensão, diabetes e obesidade, que são prevalentes na população idosa (Saporetti; Miranda; Belisário, 2016). Ao incentivar a prática regular de AF, a alimentação adequada e a manutenção de um estilo de vida ativo, o PEF também trabalha com o objetivo de promover a autonomia e o empoderamento dos pacientes. Quando os pacientes entendem os impactos positivos de suas escolhas de vida, eles se tornam mais capazes de tomar decisões informadas sobre sua saúde, participando ativamente do cuidado. Além

disso, o PEF atua em um modelo de educação em saúde horizontal, que valoriza os saberes populares e as experiências de vida das pessoas, o que facilita a construção de um cuidado mais colaborativo e contextualizado (Almeida *et al.*, 2018). Ao reconhecer e integrar esses saberes, o profissional evita uma abordagem autoritária, promovendo um diálogo entre o conhecimento técnico e a realidade do indivíduo, favorecendo o repensar crítico sobre os contextos de vida e condições de saúde (Ayres, 2004). Essa valorização dos saberes populares também é fundamental para um cuidado mais inclusivo e sensível às realidades socioculturais das pessoas. Por meio dessas práticas, o PEF pode adaptar intervenções de modo que façam sentido para as vivências de cada pessoa, estimulando um processo de empoderamento, no qual o indivíduo torna-se protagonista de sua própria saúde, promovendo um estilo de vida que seja sustentável a longo prazo (Dantas, 2010).

O PEF traz à equipe multiprofissional uma abordagem que vai além da simples prescrição de exercícios físicos. Ele contribui de maneira significativa em diversas áreas do cuidado à saúde, oferecendo conhecimentos sobre comportamento motor, reabilitação, promoção de saúde mental e prevenção de doenças crônicas, entre outros aspectos. No contexto multiprofissional, ele colabora com fisioterapeutas e outros profissionais para planejar e implementar programas de recuperação motora, promovendo a independência funcional e melhorando a mobilidade dos pacientes. Essa abordagem integrativa visa não apenas a recuperação física, mas também a prevenção de quedas e lesões, especialmente entre idosos (Fidelis; Patrizzi; Walsh, 2013). O PEF também desempenha um papel importante na saúde mental, colaborando com psicólogos e outros profissionais de saúde mental. Estudos mostram que a prática regular de atividades físicas está associada à melhora do humor, redução dos sintomas de depressão e ansiedade e aumento da autoestima, principalmente em populações mais vulneráveis, como os idosos (Coelho; Júnior, 2015). O PEF pode, portanto, desenvolver intervenções que integrem exercícios físicos com estratégias de bem-estar mental, contribuindo para a saúde global do paciente.

A EF no contexto multiprofissional oferece uma abordagem que vai além da prática de exercícios físicos. Ela é parte integral do cuidado em saúde, colaborando com outros profissionais na promoção de hábitos de vida saudáveis, reabilitação física e mental, e no monitoramento da saúde dos pacientes, sempre com o objetivo de

melhorar a qualidade de vida e promover a autonomia. Sua atuação é amplamente reconhecida por sua contribuição para um cuidado integral e holístico, que coloca o paciente no centro das atenções, alinhando-se perfeitamente aos princípios da saúde multiprofissional (Peduzzi, 2001).

3.3 CUIDADO INTEGRAL À SAÚDE DO IDOSO E A EF

Dentro desse contexto, o trabalho multiprofissional na APS é essencial para oferecer um atendimento integral ao idoso. As práticas colaborativas, caracterizadas pela comunicação contínua e pelo compartilhamento de responsabilidades entre os diferentes profissionais, possibilitam um cuidado mais eficiente e centrado nas necessidades específicas do idoso (Brasil, 2006). No atendimento a idosos, essa abordagem integrada tem grande importância, pois muitas vezes os pacientes apresentam limitações que requerem um cuidado mais amplo. Por meio da atuação multiprofissional, é possível desenvolver intervenções mais eficazes, capazes de abordar as múltiplas dimensões da saúde do idoso, como a mobilidade, a nutrição, o equilíbrio emocional e a cognição (Brasil, 2007).

No entanto, a inserção do PEF nessas equipes ainda enfrenta desafios, como a falta de reconhecimento do seu papel e as dificuldades de integração com os demais membros da equipe, o que pode comprometer a efetividade das intervenções (Lima *et al.*, 2024). Esses desafios, por outro lado, representam oportunidades de crescimento profissional, tanto para os estagiários quanto para os profissionais formados, ao vivenciarem a dinâmica do trabalho em equipe na APS. A revisão da literatura aborda as políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável, que servem como diretrizes para a atuação dos PEFs na APS. Documentos como a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 2006) e programas como o NASF reforçam a importância da promoção da AF e da integração do PEF nas equipes de saúde da família. Essas políticas visam não apenas o aumento da expectativa de vida, mas também a melhoria da qualidade de vida da população idosa, promovendo um envelhecimento ativo e saudável.

4 METODOLOGIA

4.1 CARÁTER DO ESTUDO

Este estudo classifica-se como um relato de experiência, cuja a característica primária é a descrição da intervenção (Mussi; Flores; Almeida, 2021), permitindo uma análise descritiva, que é a fase inicial do processo dos dados coletados (Reis; Reis, 2002), e interpretativa das vivências do pesquisador durante o estágio não obrigatório em uma unidade de saúde particular voltada às pessoas idosas na APS, acerca das vivências do estagiário de EF, integração com a equipe multiprofissional e cuidado integral à saúde do idoso. Tratando-se dos registros de experiências vivenciadas (Ludke; Cruz, 2010), o presente trabalho busca, a partir dos relatos, discutir com a literatura os temas expostos.

O estágio não obrigatório, com duração de um ano (junho de 2024 a junho de 2025), foi realizado em uma unidade de saúde particular, durante o período vespertino, de 12h às 18h, de segunda-feira à sexta-feira, em uma cooperativa de médica, sendo pré-requisito ao público pessoa a partir de 60 anos de idade e beneficiária do plano de saúde da cooperativa. As turmas se dividem de acordo com o risco de queda dos alunos, através de uma avaliação composta por uma série de exercícios e questionário de patologias, no qual um software, o programa X, dita um score. No total, são 37 turmas, sendo 2 destinadas para idosos em situação de pós-fratura de fêmur, de competência da fisioterapeuta; 6 turmas avaliadas em alto risco de queda; 7 turmas de médio risco de queda e 22 turmas de baixo risco de queda. O programa possui turmas de manhã e à tarde, sendo que são realizadas as aulas em grupo, no qual em todas as turmas, de todos os horários e de todos os professores é estruturado uma aula com duração de quarenta e cinco minutos, sendo dez minutos de aquecimento, quinze da primeira parte principal, cinco do intervalo, dez da segunda parte principal e cinco de relaxamento. O número de alunos por turmas varia com esse risco de queda, onde as turmas com baixo risco de queda podem chegar até 30 alunos e as turmas com alto risco de queda, geralmente idosos com uma faixa etária mais elevada, são reduzidas até 9 ou 10 alunos, dependendo da disponibilidade. No total, o programa possui 547 alunos. Os temas das aulas são diferentes, abrangendo

diversas capacidades funcionais como força, aptidão cardiorrespiratória, equilíbrio, dentre outras.

Nos relatos, foram registradas 9 turmas, das 37, aparecendo 1 turma de alto risco de queda, 2 de médio risco de queda e 6 turmas de baixo risco de queda. Dos alunos, foram registradas observações de 38 alunos em relação ao total, sendo 5 alunos pertencentes a turma de alto risco de queda, 14 alunos da turma de médio risco de queda e 19 alunos da turma de baixo risco de queda.

O público alvo do programa possui diversas doenças crônicas, como hipertensão, diabetes, cardiopatias e outras doenças, e também sem condições crônicas, sendo motivo de não ingresso ao programa doenças neurodegenerativas como Alzheimer, algumas condições como esquizofrenia ou tratamento oncológico, no contexto da APS em Curitiba - PR. A equipe multiprofissional era composta por uma fisioterapeuta, uma psicóloga, uma nutricionista, três enfermeiras, três profissionais de EF, dois estagiários de EF, com o objetivo de promover um cuidado integral ao idoso, voltadas à promoção da saúde e à reabilitação da pessoa idosa.

4.2 ATIVIDADES REALIZADAS E REGISTROS

A realização desse estudo se deu por meio de observação participante registrada em um diário de campo, no qual as devidas anotações ocorreram no *software* Microsoft Word, no período de 2 de setembro de 2024 a 13 de dezembro de 2024, no contexto do estágio descrito anteriormente.

A utilização do diário de campo como ferramenta metodológica é amplamente reconhecida nas pesquisas qualitativas, sendo essencial para a construção de dados que consideram a subjetividade e a experiência do pesquisador em seu campo de estudo (Bogdan; Biklen, 1994). Essa técnica permite a observação e o registro detalhado de interações, comportamentos e dinâmicas sociais, contribuindo para uma análise mais aprofundada dos fenômenos estudados (Minayo, 2001).

A abordagem qualitativa adotada neste estudo considera a complexidade das interações humanas e reconhece a importância das narrativas como elementos centrais na produção do conhecimento (Denzin; Lincoln, 2017). O estagiário registrou aspectos e situações que envolvessem o mesmo frente aos desafios que surgiam no

dia a dia da APS, a integração dentro do contexto multiprofissional e a promoção à saúde do idoso.

Essa abordagem permitiu ao pesquisador estar diretamente envolvido nas atividades e interações, ao mesmo tempo em que documentava práticas e reflexões sobre os desafios enfrentados. No contexto deste estudo, o diário de campo foi utilizado como um instrumento para registrar vivências, percepções e acontecimentos relacionados à atuação do PEF em um programa de promoção da saúde para idosos. Esse recurso possibilitou não apenas a descrição dos eventos, mas também a reflexão crítica sobre as práticas observadas, permitindo uma compreensão ampliada dos desafios e potencialidades desse contexto (Triviños, 1987).

Os registros do diário de campo foram categorizados em temas centrais, como: experiências do pesquisador-observador como estagiário de EF em uma APS; integração com a equipe multiprofissional e desafios no atendimento e cuidado integral ao idoso. A análise contrastou as experiências vividas com a literatura disponível sobre a temática do estudo, possibilitando um relato que se alinha com as atividades previstas do PEF no cotidiano da APS que busca o maior e mais integrado cuidado ao idoso.

5 RESULTADOS

5.1 CONTEXTUALIZAÇÃO

O diário de campo descrito a seguir indica o dia, mês e ano no qual ele foi escrito. Os registros eram realizados durante o expediente do estagiário, que compreendia o período vespertino, das 12h às 18h, de segunda a sexta-feira. Sua escrita foi realizada ao final do dia, quando o estagiário julgava ser pertinente e de demasiada importância relatar os acontecimentos que ocorreram durante o expediente. Posteriormente, foi revisada a estrutura, corrigindo erros ortográficos e modificando a ordem dos parágrafos, por exemplo, para melhor compreensão. Buscou-se relatar conteúdos que envolviam interações com os demais profissionais presentes na equipe multiprofissional, as intervenções de AF e as práticas presentes no atendimento/suporte ao idoso, não sendo isoladamente um relato de uma turma, idosos ou dos profissionais envolvidos, atingindo um maior número de acontecimentos. Em nenhum momento foi realizado entrevistas, sendo o principal cerne dessa pesquisa o que foi observado pelo pesquisador. A proteção e o anonimato das pessoas foram respeitados, utilizando numeração para referir-se aos alunos e demais membros da equipe multiprofissional, respeitando aspectos éticos e da legislação vigente de acordo com princípios, diretrizes e regras (Brasil, 2024).

5.2 O DIÁRIO DE CAMPO

2 de setembro de 2024

Hoje a aluna Idosa 1 questionou, na aula da turma A, com certa insatisfação, diversas tonturas que sente ao realizar movimentos que exigem uma inclinação de tronco. O tema da aula era sobre força e o exercício em questão era um que envolvia aquecimento articular. Disse que ao voltar à posição original, fica tonta facilmente e não consegue realizar o exercício posto pelo professor durante a aula. A aluna foi orientada, pelo pesquisador-observador, interromper o exercício, para a sua segurança e evitar um excessivo risco de queda. Observou-se que não era a primeira vez que algum aluno queixava de tonturas; pois foi relatado em diferentes aulas por diferentes alunos. A interrupção do exercício é orientada pelos professores da equipe,

conforme experiência do pesquisador-observador em momentos anteriores ao relato (justificando o porquê que a consulta ao Professor 1 não foi realizada no momento para um diferente procedimento).

Na mesma aula, foi observado que a aluna Idosa 2 demonstrava extrema incompreensão aos exercícios que estavam sendo propostos. Ao realizar interação com a aluna, o pesquisador-observador também notou que era inviável a correção do movimento, pois a mesma também não compreendia a demonstração visual realizada pelo mesmo. Uma colega de turma dela, a Idosa 3, demonstrou surpresa ao presenciar a cena, pois relatou que nunca tinha visto tamanha incompreensão em movimentos que eram fáceis. O comentário levantou curiosidade no pesquisador-observador, pois em momentos anteriores ao relato já foi observado uma certa competição e provação entre alunos em diferentes contextos na sala de aula em referência à prática de exercício físico.

Em uma diferente aula (turma B, o aluno Idoso 4 veio de encontro ao pesquisador-observado relatar uma importante questão de saúde pelo qual estava passando. Na noite anterior à aula ocorreu um evento com o aluno no qual apresentou sangramento pelo reto. Disse que foi às pressas para o hospital e estava realizando demais exames de rotina para descobrir qual foi a possível causa do evento. Ao primeiro contato com o médico na emergência, foi levantada a hipótese de um sangramento no trato digestivo. Perguntou ao pesquisador-observador se era possível realizar a aula no momento, no qual o mesmo respondeu que se havia liberação do médico, sim. Foi orientado a não realizar os exercícios com uma excessiva intensidade/força.

Ao final do dia, em conversa com o Professor 2, foi levantada uma ideia pelo pesquisador-observador sobre grupos personalizados em motricidade para alguns alunos. Em observação anterior ao relato, já foi levantada diversas vezes essa questão entre os envolvidos desta conversa sobre como alunos possuem dificuldades em realizar movimentos que exigem um certo controle e aprendizado motor. Apesar de tamanha observação, o Professor 2 gostou da ideia, no entanto nada além disso pode ser feito. Ideias que mudem a estrutura do cronograma das aulas é burocrático, tendo que haver reuniões, aprovação da gestão e demais alterações.

3 de setembro de 2024

O pesquisador-observador iniciou na turma C, que é classificada pelo sistema de performance física e prevenção de queda (programa X), utilizado pela cooperativa, como alto risco de queda. A turma era nova e o pesquisador-observador notou uma oportunidade de relato com uma turma que estava acompanhando desde o início.

O aluno Idoso 5 chamou a atenção do Professor 1 e do pesquisador-observador. Ele possui diversas patologias, com histórico de infarto agudo do miocárdio, hipertensão e diabetes tipo II. Capturou a atenção do pesquisador-observador uma respiração extremamente ofegante, mesmo o aluno estando sentado. A aula do dia era sobre força, nos quais geralmente usam-se pesos a partir de 1kg até 5kg, em formato de halteres para membros superiores, e tornozeleiras para membros inferiores, de mesmo peso. Ele relatou que mora a uma quadra da clínica e, devido ao seu quadro de saúde, associado à inatividade física, não conseguia vir caminhando para as aulas. O mesmo falou que possuía consciência da sua condição extremamente preocupante e demonstrou estar comprometido com o programa de exercícios físicos, pois precisava melhorar. Durante a aula, executou os exercícios com certa dificuldade, adequados ao nível da turma que, no momento, estava presente mais 2 alunos, além do Idoso 5.

Foi conversado com a equipe de enfermagem sobre uma demanda na qual os professores estavam tendo dificuldades. Devido a margem de erro que o programa X possuía em relação à performance física e risco de queda, alunos estavam sendo designados às turmas erradas, causando dificuldade na realização das aulas. Foi explicado pela equipe de enfermagem que o programa X, no cálculo que o *software* realiza, é levado em conta, demasiadamente, as patologias que o aluno possui, acima de testes bem consolidados em relação à performance física dos idosos. Foi anotado, tanto pela equipe de enfermagem, quanto pela equipe de EF, levar essa questão à gestão.

4 de setembro de 2024

A aluna Idosa 2 foi o cerne da conversa entre o Professor 1 e o pesquisador-observador. Na discussão, estava-se questionando possíveis origens para a incompreensão da aluna e possíveis abordagens para serem praticadas em sala de

aula para uma melhor adaptação e execução dos exercícios por parte dela. Foi relatado pelo pesquisador-observador que a aluna não conseguia entender o que era 'posicionar-se atrás da cadeira'. Visto que em praticamente todas as aulas os idosos utilizam a cadeira como ferramenta tanto de exercício, quanto de segurança, levantou-se uma extrema preocupação com entendimentos básicos de orientação espacial. Em conversa com o Professor 1, foi decidido que será levada a aluna Idosa 2 para uma discussão de casos clínicos que irá ocorrer com toda equipe multiprofissional.

5 de setembro de 2024

O aluno Idoso 5, da turma C, em uma aula que visava treinar a capacidade aeróbica, sentiu-se extremamente cansado e relatou momentos de tontura durante a realização do exercício. É interessante notar que, devido ser uma turma mais frágil, todos os exercícios são detalhadamente adaptados para que não ocorra demais incidentes durante a aula. Em um primeiro momento, os exercícios demonstram ser muito fáceis, mas quando alunos como o Idoso 5, demasiadamente inativos, relatam essas questões, fica visível o quadro geral de saúde que o aluno apresenta. Exercícios como sentar e levantar da cadeira e marcha adaptada parecem ser de extrema dificuldade para ele. Por receio e já saber do quadro clínico do aluno, o Professor 1 solicitou à equipe de enfermagem um oxímetro emprestado, para monitorar o aluno. Constatou que sua frequência cardíaca estava dentro do normal, conforme literatura. O pesquisador-observador utilizou da percepção subjetiva de esforço para monitorar o aluno, como complemento.

6 de setembro de 2024

Ocorreu hoje a discussão de casos clínicos, com toda equipe multiprofissional. O pesquisador-observador e o Professor 1 trouxeram para a equipe o que estava ocorrendo com a aluna Idosa 2. Foi relatado toda a questão pertinente de dificuldade de compreensão em relação aos comandos orais e visuais do professor e sua dificuldade de orientação espacial. A psicóloga opinou sobre, dizendo ser possível uma questão neurodegenerativa, pois o déficit envolvendo orientação espacial, como não saber distinguir direita ou esquerda, não saber o caminho de casa,

possui uma relação. Ela iria tomar frente do caso para uma investigação mais aprofundada. De acordo com o histórico clínico da aluna, a mesma teve um acidente vascular encefálico, elucidando e dando um direcionamento de como abordá-la em sala de aula. Outra aluna (Idosa 6), também foi pauta da reunião de hoje. Foi revelado que ela possuía demência frontotemporal (DFT), elucidando para a equipe e principalmente para os professores uma questão atípica envolvendo sua sociabilidade, pois a mesma não tinha amizades dentro do programa e não se comunicava com ninguém. A nutricionista citou a dificuldade de prescrever orientações alimentícias a ela em outros momentos anteriores à reunião, pois não tinha aderência e a mesma 'só se alimentava de bolacha e café'.

9 de setembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

10 de setembro de 2024

“Na turma D, na qual o programa X avalia como baixo risco de queda, o aluno Idoso 7 trouxe ao pesquisador-observador uma questão na qual o seu médico ortopedista o proibiu de realizar movimentos de abdução de ombro que alcance ângulo de 90° em um contexto de treino de força. O porquê disso se dá por uma cirurgia realizada no manguito rotador. O aluno Idoso 7 perguntou ao pesquisador-observador quais seriam as alternativas, no qual o pesquisador-observador o recomendou a fazer em uma amplitude limitada. Conforme experiências anteriores ao relato, é muito comum os alunos perguntar em ao estagiário da sala de aula dúvidas e questões relacionadas a questões patológicas e de execução do exercício físico, muito mais que os professores. Ao pesquisador-observador representa um desafio, de sempre estudar áreas pertencentes às ciências da saúde, principalmente patologias. Em conversa com o Professor 1, foi relatado que nesses quadros ortopédicos, os alunos são resistentes às orientações dadas pelos PEFs, priorizando sempre a opinião do médico.

Na última turma do dia, a turma E, apareceu um novo aluno, o aluno Idoso 8. Ele relatou não fazer exercícios físicos desde os 7 anos de idade, que de acordo com ele, 'o proibiam'. Realmente se trata de um caso atípico; pois ele possui problemas congênitos no coração, apresentados desde da infância. Também foi relatado que possui histórico de diversos infartos agudos no miocárdio e acidente vascular cerebral. Em conversa com a Professor 2, foi discutido um panorama geral do quadro de saúde dele, nos quais se questionaram o porquê de um aluno desse estar em uma turma de baixo risco de queda, concluindo, novamente, a enorme margem de erro que apresenta o programa X e como isso afeta a dinâmica das aulas. O aluno Idoso 8 apresentou diversas dificuldades quanto à realização dos exercícios prescritos em sala de aula.

11 de setembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

12 de setembro de 2024

Na turma C, começou um novo aluno (Idoso 9). O quadro de saúde dele é sensível: possui nove *stents*, que de acordo com o mesmo 'foram colocados todos preventivamente, não acontecendo de fato o infarto'. Também possui um histórico de três quedas, nas quais comentou que uma delas foi ao banheiro e não se lembra como caiu. Em relação à aula, não demonstrou muitas dificuldades. Foi uma aula de equilíbrio, na qual utilizou-se somente a cadeira como material, não exigindo muita intensidade das capacidades funcionais. Por causa do aluno anterior, o Idoso 5, estava-se 'diminuindo o ritmo de intensidade' das aulas, devido ao quadro deste aluno, o que é mais evidenciado agora. O mais curioso foi a conclusão que ele chegou para justificar todo esse cenário: sua antiga profissão, bancário. Relatou, de uma maneira genérica, o estresse que passava enquanto gerente de banco. Em discussão com o Professor 2, comentou-se como essa turma estava tendo alunos com quadros muito delicados e que teria que traçar novos planejamentos de aula para atender as limitações funcionais dos alunos.

13 de setembro de 2024

No começo da aula da turma F, o aluno Idoso 10 informou ao pesquisador-observador que, em uma data posterior, iria realizar uma intervenção cirúrgica. O mesmo descreveu como uma ‘hérnia de hiato no estômago’, não diagnosticada, que é uma condição que ocorre quando uma porção do estômago se projeta através do diafragma. Novamente, traz à tona a necessidade de conhecimentos patológicos em relação a essa população especial que são os idosos. Relatou-se a informação para o Professor 2, no qual ficou planejado como traçar estratégias sobre prescrição de exercício físico a um possível quadro pós-operatório de extrema sensibilidade.

Em relação ao aluno Idoso 4, que estava investigando as origens do sangramento no reto, nesta aula trouxe informações novas. Sua esposa relatou que os exames indicavam uma displasia de alto grau no intestino. O pesquisador-observador e o Professor 2 decidiram levar esse aluno para a próxima reunião de discussão de casos clínicos.

16 de setembro de 2024

O aluno Idoso 11, da turma B, precisou ser levado ao pronto socorro às pressas na madrugada de hoje. Os colegas de turma relataram, de acordo com as palavras dele, que o aluno teve um ‘nó no intestino’. Desconhecendo demais detalhes do caso, o pesquisador-observador, em conjunto com o Professor 2, demonstraram sentimentos de consternação com o caso, já que tudo era uma incógnita até então. Dependia-se dessa rede de apoio social entre os alunos da turma para se ter o conhecimento da situação clínica do aluno.

Em outro momento, a aluna Idosa 12, também da Turma B, trouxe um *feedback* positivo quanto aos benefícios gerados que o programa da cooperativa proporciona: redução de gordura no fígado. Antes de iniciar no programa, estava com um nível elevado e após meses ao entrar no programa, constatou uma perda significativa. O pesquisador-observador e o Professor 2 parabenizaram a aluna, incentivando sempre a mesma a não faltar nas aulas.”

17 de setembro de 2024

Uma nova aluna, a Idosa 13, chegou na turma C. Ela relatou ao pesquisador-observador ter realizado uma cirurgia de mastectomia. O porquê disso tem relação com o tema da aula de hoje: fortalecimento de core abdominal. Foi retirado parte do abdômen para a reconstrução da mama. Devido a essa característica, ela apresentou dificuldades logo no seu primeiro dia. A aluna foi orientada a realizar os exercícios de acordo com sua capacidade e sem atingir a fadiga máxima, realizando curtas amplitudes de movimento. Essa questão foi levada ao Professor 1, que vai de encontro a um planejamento anterior de readequar essas aulas para uma turma que já possui alunos com diversas questões clínicas. Foi decidido investigar, aguardar e observar seu desempenho na turma.

18 de setembro de 2024

Conforme relato prévio, o aluno Idoso 11 teve parte do intestino removido. Os demais alunos informaram ao pesquisador-observador e o Professor 2 que são altas as chances de ele não retornar ao programa; ao menos pelo restante do ano, pois será uma longa recuperação. Novamente, o quadro em si não foi relatado, permanecendo ainda uma incógnita de qual patologia especificamente referem-se. Essa falta de clareza dificulta o trabalho do pesquisador-observador e do Professor 2 de levar essa questão para discutir com os demais profissionais do programa. É sabido que existe um banco de dados integrado no qual os profissionais da cooperativa têm acesso, mas o pesquisador-observador enquanto estagiário, não possui.

19 de setembro de 2024

Na aula da turma G foi observado que a aluna Idosa 14 não entrou, o que gerou estranhamento no pesquisador-observador. No intervalo durante as aulas, o Professor 1 veio me falar que a Idosa 14 iria realizar uma angioplastia e colocar um marcapasso. A relação do pesquisador-observador com a Idosa 14 é de certa proximidade. No início do estágio, anterior ao início dos relatos no diário de campo,

foi pedido por ela à gestão do programa um estagiário no programa, principalmente por causa de seu marido, da mesma turma, que sofria da doença de Parkinson e precisava sempre de auxílio durante as aulas.

23 de setembro de 2024

Durante a aula de hoje, a turma H avaliada com baixo risco de queda, que desenvolveu treinamento de resistência, o aluno Idoso 15 conversou com o pesquisador-observador sobre um problema na cervical, destacando desgaste demasiado da cartilagem envolvida entre as vértebras. Ele perguntou o que recomendaria de exercícios para fazer em casa. Quando se trata de um questionamento de natureza orientadora à realização de exercícios no âmbito domiciliar, o Professor 2 disse que a cooperativa recomenda a negativa como resposta. Quaisquer exercícios realizados sem o acompanhamento de um PEF que acarretem em alguma injúria de qualquer natureza, pode trazer complicações à cooperativa. O aluno Idoso 15 entendeu o porquê, mas o pesquisador-observador ficou, de certa forma, insatisfeito.

24 de setembro 2024

A aluna Idosa 14 está internada por insuficiência cardíaca. O Professor 1 veio me relatar isso, entre aulas. Disse-me também que ela apresenta algo chamado síndrome vasovagal. Desconhecia até então o que era. Novamente traz ao pesquisador-observador um incômodo por desconhecer as origens e causas de certas patologias, que como observado diariamente, acarreta muitos idosos.

O aluno Idoso 5 está apresentando melhora na amplitude de movimento. A aula de hoje teve como objetivo treinar condições envolvendo algumas capacidades funcionais nesse quesito, tendo diversos exercícios de alongamento, onde também se relacionam capacidades como mobilidade e flexibilidade, e chamou a atenção do pesquisador-observador e do Professor 1 uma melhora nesse aspecto, com base em observações subjetivas.

25 de setembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

26 de setembro de 2024

Hoje foi um dia atípico. Deu-se início a um encontro mensal do departamento de recursos humanos com a nossa equipe, com a finalidade de desenvolver a relação entre a equipe multiprofissional e foi abordado diversas questões da psicologia organizacional. Todas as aulas do dia foram canceladas para que a equipe participasse do encontro. Isso gerou uma insatisfação de alguns alunos, que relataram descontentamento.

Foram apresentadas diversas dinâmicas ao longo do encontro, nas quais cada profissional teve a chance de apresentar a sua função, por exemplo. No geral, se teve como maior objetivo proporcionar orientações e questionamentos dentro de um contexto multiprofissional a respeito dos nossos papéis.

27 de setembro de 2024

Hoje foi um dia que o pesquisador-observador pode acompanhar uma ação especial que ocorreu com os beneficiários. Tratou-se de uma dinâmica que tinha como tema o setembro amarelo. O início da ação ocorreu com palestra da psicóloga, apresentando sobre o que é o mês, o que é a depressão, porque uma pessoa pensa em suicídio. Uma aluna relatou no começo da palestra que teve quadro depressivo e pensou em suicídio, devido a um câncer que o filho teve. A psicóloga falou que a depressão é presente exponencialmente no idoso e que também é um fator hereditário, que se deve adotar uma postura mais empática, ser parte da rede de apoio da pessoa. Conscientizou que o médico psiquiatra é o médico da saúde mental, não outras especialidades, devido à alta procura de antidepressivos com outros médicos e que o tratamento da depressão não é só administrando as drogas, mas também a psicoterapia.

Ocorreu uma dinâmica com o Professor 1 e a psicóloga, com a realização de dois jogos onde os beneficiários puderam interagir. Um jogo envolvia o caça ao

tesouro, no qual tinham frases a serem encontradas, e que a psicóloga explicava qual era a definição e como lidar com tais sentimentos descritos nos papéis. Havia afirmações na qual a psicóloga perguntava se era mito ou verdade, e discutia com os alunos. Ela apresentou o conceito de luto complicado: há maior predominância em homens na faixa etária dos 15 aos 30 anos e acima de 65, no qual homens apresentam um comportamento social de não compartilhar esses sentimentos. Foi apresentado o conceito de sobrevivente de suicídio, na qual os alunos lembraram que há um programa do governo com esse nome. Uma aluna relatou que o filho de uma amiga, que era neurocirurgião, se matou aos 35. A psicóloga lembrou que pessoas da área da saúde estão muito vulneráveis ao suicídio, devido ao caráter da profissão. O outro jogo envolvia bexigas, nas quais foi colocado um peso para causar resistência, enquanto outras estavam sem nada. Tratava-se de um jogo com simbolismo sobre peso, culpa e consciência. A AF estava associada a bexiga sem peso e foram lembrados os efeitos do exercício contra a depressão, por exemplo.

Em outro momento, fora da ação, o aluno Idoso 4 relatou que realizou uma tomografia por emissão de pósitrons e que a cooperativa não cobria esse exame pelo plano de saúde. Demonstrou insatisfação com esse aspecto, já que o mesmo passa por um momento delicado de saúde. O pesquisador-observador, sem muitas orientações, serviu como um ouvinte nesse momento difícil.

30 de setembro de 2024

Foi observada insatisfação demonstrada pelo aluno Idoso 16, da turma A. O mesmo possui problemas crônicos envolvendo rinite e sinusite, sendo muito sensível a um ambiente com ar condicionado ligado. O mesmo saiu no começo da aula, o que despertou atenção do professor-observador. Realizada a comunicação ao Professor 1 imediatamente após o ocorrido, o mesmo não demonstrou muita importância, apesar de saber do que se tratava, pois já havia ocorrido discussão anteriormente por causa do uso do ar condicionado. O pesquisador-observador foi conversar com o aluno, no qual ele explicou a situação e mostrou-se claramente triste. Foi comunicado que ele pode voltar a aula e que se acharia uma solução. A solução foi desligar um dos aparelhos de climatização.

Da mesma turma, a aluna Idosa 2 ainda possui sérios problemas de interpretação e de acompanhar o ritmo das aulas. Ainda o déficit de orientação espacial a atrapalha muito. Em discussão com o Professor 1, está sendo estudada a possibilidade de transferi-la para uma turma com classificação de maior risco de queda, para maior atenção durante as aulas, já que essas turmas possuem um número reduzido de alunos. Essa opção geralmente é discutida com a equipe de enfermagem, porque sempre é o programa X que direciona os alunos para um nível de turma, sendo ignorado muito das vezes o olhar clínico do profissional.

Posteriormente, o aluno Idoso 10 confirmou o diagnóstico de hérnia de hiato, que está causando uma pressão no pulmão e no coração, sendo necessária a cirurgia. Também está com uma hérnia umbilical e pedra na vesícula, e prevista cirurgia geral para resolver esses problemas. Conversado a situação com o Professor 2, concordou-se em dar uma atenção maior a ele na aula até a cirurgia.

1 de outubro de 2024

Hoje a aluna Idosa 12 compareceu a aula do Professor 1 de sandálias. O Professor 1 orientou-a quanto ao uso inadequado dos calçados e como isso poderia atrapalhar sua performance. Essa situação fez o pesquisador-observador recordar de uma conversa anterior a este relato com o Professor 2 quanto à política da cooperativa sobre o uso de vestimentas adequadas. A resposta dada pelo Professor 2 foi que não há e a mesma partiu do pressuposto de não incomodar os beneficiários quanto a esse assunto, salvo exceções que coloquem em risco a integridade dos alunos. Foi observado em diversas situações no cotidiano de alunos que vem de calça jeans e sapato social.

Em outro momento, com uma turma diferente, o Professor 1 comunicou o motivo do desligamento de um colega de turma deles. Foi informado pelo Professor 1 que o mesmo estava com o pagamento da carteira do plano de saúde atrasado, impossibilitando o uso do serviço oferecido pela cooperativa particular. Ao pesquisador-observador chamou a atenção quanto ao direito de ter acesso a um programa de exercícios físicos se encerra quando simplesmente não ocorre a função básica dentro de um sistema capitalista, que é pagar por um serviço sendo oferecido.

Não importa qual rede de apoio foi criada ali entre esse aluno e os demais, tudo encerrado quando não é pago a mensalidade no fim do mês.

Na turma C, chegou uma nova aluna, a Idosa 17. Ela relatou que sofreu uma fratura no sacro em junho de 2024, após uma queda no banho. E, além disso, possui fratura na vértebra T12 desde do ano de 2021, na qual nunca conseguiu se recuperar integralmente. No período dessa fratura na T12, ficou acamada por 100 dias, e teve sua capacidade da marcha bastante reduzida, que em suas palavras, ‘mal conseguia andar’. Quando perguntado quais eram as orientações médicas quanto à realização de exercícios físicos, mencionou que eram de fortalecimento, evitando exercícios de impacto. Nota-se que a interação do professor com o aluno quando se diz respeito a entender o quadro clínico, principalmente quando é um aluno novo, ocorre inteiramente em situações informais de conversa. Quem tem o acesso primário ao quadro de saúde do aluno é a equipe de enfermagem, que realiza as triagens. Já foi levantada a questão sobre os professores participarem das triagens, mas a logística se torna praticamente impossível, devido ao alto número de alunos atendidos e os mesmos estarem em horário de aula.

Já em uma turma de baixo risco de queda, ou seja, uma turma com um desempenho mais avançado, a turma I, o aluno Idoso 18 abordou o pesquisador-observador para perguntar sobre a alternativa de um exercício que foi passado em aula. Tratava-se de uma aula de fortalecimento de membros inferiores e o aluno possuía um rompimento no tendão do glúteo mínimo, causando dores e dificuldades na amplitude do exercício. Apesar das aulas serem em grupos, sempre é necessário atendimento personalizado aos alunos devido às condições especiais de saúde que cada um apresenta. Foi recomendado ao aluno uma troca de exercício que gerava mais conforto ao desempenhar a atividade.

Ainda na mesma turma, no intervalo da aula, a aluna Idosa 19 perguntou ao pesquisador-observador quanto a prática de exercícios físicos em relação ao desenvolvimento do seu equilíbrio, devido ao tema da aula anterior ter sido exclusivamente sobre equilíbrio, que se encontrava severamente debilitado. Foi orientado a aluna quanto a aderência e participação das aulas e que era perfeitamente treinável e capaz de ocorrer melhoras. O motivo da pergunta é que, devido ao tema da aula, de fortalecimento de membros inferiores, alguns exercícios unilaterais envolviam apoio unipodal e ela precisava do apoio da cadeira para se equilibrar.

Hoje a aluna Idosa 14 retornou ao programa, após procedimentos realizados. No lounge enquanto esperava a aula começar, abordou o pesquisador-observador e mencionou que passou por um procedimento de cateterismo e estava utilizando um marcapasso. Não estava liberada pelo médico para praticar exercícios físicos, mas veio acompanhar o marido na aula.

Na mesma turma, a aluna Idosa 20 expressou o desejo ao pesquisador-observador sobre realizar uma troca de horários para a realização das aulas. Chamou a atenção e levantou um questionamento sobre a relação entre alunos e professores. Não se pode ignorar o aspecto social e o vínculo formado entre as duas partes e priorizar apenas o aspecto fisiológico, como ocorre atualmente, sendo o programa X que dita o nível de desempenho físico do aluno. Foi respondido à aluna que estava fora da decisão do pesquisador-observador e foi orientada a procurar a recepção para expressar o desejo de troca de turmas para as assistentes administrativas.

Ao final do dia, uma das enfermeiras questionou ao pesquisador-observador sobre como abordar um aluno, para comunicá-lo sobre troca de turma para uma melhor adequação às suas necessidades funcionais. Trata-se do aluno Idoso 8. Foi repassado à equipe de enfermagem, em um outro momento anterior, pelo pesquisador-observador e o Professor 2, sobre a necessidade de readequá-lo para uma turma de nível menor, para melhor prescrição de exercício. Trata-se da turma C. Foi sugerido à enfermeira que o aluno possivelmente não teria maiores resistências, já que essa alteração de turma foi uma ideia que partiu dos professores, possivelmente gerando uma menor resistência. Ela respondeu que daria um retorno em breve aos envolvidos.

2 de outubro de 2024

A aluna Idosa 12, da turma B, sofreu uma queda no dia anterior a esse relato. Foi registrado pelo pesquisador-observador o relato de sua queda. O procedimento é perguntar ao aluno a data da queda, como ocorreu, se procurou os primeiros socorros e se ele se sente bem. No caso da Idosa 12, disse que estava cuidando das plantas do jardim da sua casa, quando tropeçou em algum relevo no chão e bateu a cabeça. Disse que procurou os primeiros socorros devido a um hematoma que apareceu

quase que imediatamente. Colhido o relato, é enviado ao sistema para a equipe de enfermagem realizar o monitoramento.

3 de outubro de 2024

Entrou uma nova aluna para a turma C, a Idosa 21. Em seu relato com o pesquisador-observado disse que possui lesão nas vértebras L3 e L4, relatando sensação de queimação próximo ao joelho, possivelmente tendo ligação com o nervo ciático. Não é incomum esse relato entre os alunos, muitos apresentando queixa nos membros inferiores e correlacionando ao nervo ciático.

A nutricionista começou hoje uma campanha em conjunto com uma coluna de culinária de um jornal paranaense, para convidar os alunos a participar. O tema se tratava de culinária afetiva, convidando-os a cozinhar pratos que envolviam suas histórias. Não houve muita aderência inicial dos alunos, por enquanto, apesar dos esforços.

Hoje retornou ao programa o aluno Idoso 22. Anterior a este relato, ele estava na turma H quando o pesquisador-observador ingressou na cooperativa. Até agora, ele não tinha comparecido e não deixou nenhum aviso ao programa. Quando se trata de situações assim, o programa possui uma política rígida quanto ao número de faltas injustificadas, somente sendo justificadas e não removendo o aluno do programa quando se trata de questões de saúde ou viagem, apresentando mediante comprovação/atestado. Ao retornar ao programa, o aluno Idoso 22 contou que sofreu um acidente vascular cerebral e, que em todo esse tempo, estava se recuperando. Feita a reavaliação dias anteriores, ele foi designado à turma G, que é uma turma que atende os alunos com capacidades funcionais mais prejudicadas. Provavelmente o *score* que o programa X deu ao aluno foi de categoria de alto risco de queda, entrando de encontro com o relato anterior, que é levado muito em conta as patologias e eventos que o aluno tem.”

4 de outubro de 2024

A aluna Idosa 14 faleceu. Anteriormente relatado os problemas de saúde que vinha enfrentando, veio a falecer no dia de hoje devido a uma insuficiência

cardíaca descompensada. Recebi a notícia pelo Professor 1, que no momento estava com a psicóloga, fisioterapeuta e nutricionista do programa em uma sala. Ao questionar do que se tratava e de mais detalhes do evento, a psicóloga explicou ao pesquisador-observador que se tratava, de uma maneira genérica, quando o coração não consegue bombear o sangue dentro de um valor de pressão arterial, devido ao quadro crônico que já vinha apresentando. Sugeriu-se a ideia, vinda do pesquisador-observador, de comparecer ao funeral da aluna, em conjunto com o Professor 1. Este inicialmente resistiu à ideia, falando ao pesquisador-observador se queria ver isso mesmo pois 'era a última vez que iria ver ela e iria ficar guardado na memória'. Tratava-se de uma questão pessoal do Professor 1, mas mesmo assim ele aceitou a sugestão do pesquisador-observador.

Aprovada pela gestão a solicitação de comparecimento ao funeral, o pesquisador-observador e o Professor 1 foram ao funeral. O funeral estava cheio de pessoas. Quando avistado o marido dela, também aluno do programa, foi prestado as condolências. Visto duas das três filhas, também foi prestado as condolências. Já dentro do funeral, estava-se só o aguardo da retirada do caixão, no qual o pesquisador-observador e o Professor 1 resolveram adentrar. Avistada a terceira filha, prestaram-se novamente as condolências. Dessa vez, ela sabia de quem se tratava, pois a aluna tinha falado do pesquisador-observador e do Professor 1 para a filha, com detalhes. O pesquisador-observador refletiu sobre como as atividades impactavam a vida dessa população especial que tanto sofre com a solidão e falta de rede de apoio. Às vezes, pode ser tudo que os restam. Ao pesquisador-observador foi relatado 'você era o estagiário que ela tanto pediu'. O pesquisador-observador não sabia que seu trabalho era falado em círculos familiares. Ao final do funeral, retornamos ao trabalho. Porém, foi estranho continuar as atividades como se nada tivesse acontecido. Ficam as lembranças em sala de aula.

Anterior ao funeral, teve uma reunião de fluxo das equipes, para maior entendimento e alinhamento de procedimentos sobre o que cada um faz. A psicologia, composta somente por uma psicóloga, realiza acolhimento dos alunos quando necessário, seja por questões cognitivas ou emocionais. A nutrição, composta por uma nutricionista, realiza um primeiro atendimento com os beneficiários que necessitam de maiores orientações quanto à alimentação, estando ainda em desenvolvimento maiores participações da mesma com os alunos. A enfermagem,

composta por três enfermeiras, realiza triagens e reavaliações dos alunos, a fim de saber sua nota no programa X para designar para as turmas de exercício físico. Por fim, a fisioterapia, composta por uma fisioterapeuta, realiza a classificação, captação, agendamento e teleconsulta daqueles que sofreram fratura de fêmur, sendo os mesmos convidados a participar da linha de cuidado pós-fratura de fêmur do programa, para serem inseridos nos grupos de exercício físico posteriormente.

Ao fim do dia, foi solicitado pela enfermagem que o pesquisador-observador realizasse um formulário de patologias para serem entregues aos alunos. Constava uma série de doenças crônicas para serem preenchidas. A finalidade era fazer um levantamento sobre quais doenças, o programa estava lidando e, também, descobrir se os alunos estavam omitindo alguma doença quando iniciam no programa, visto que doenças neurodegenerativas como Alzheimer e tratamentos oncológicos são motivos de não aprovação ao programa.

7 de outubro de 2024

Hoje a esposa do aluno Idoso 23, da turma A, relatou ao pesquisador-observador que seu marido está investigando um estágio inicial de Alzheimer. Quando passado isso ao Professor 1, o mesmo relatou esse possível diagnóstico desde o ano passado, que estava em curso de investigação. O pesquisador-observador não sabia dessa informação, que talvez seria pertinente desde do início do seu ingresso no programa.

8 de outubro de 2024

Em relato ao pesquisador-observador, o aluno Idoso 5, da turma C, falou que em seu domicílio, no dia anterior, sofreu um episódio de tontura, o que resultou em um quadro de hipotensão, provavelmente devido a um remédio novo que o médico o tinha receitado. Visto o resultado, o médico o dispensou e sugeriu outra medicação. É importante ressaltar esses eventos ao professor, pois assim se tem maior controle do que pode acontecer em sala de aula, para evitar risco de quedas. Foi perguntado ao Idoso 5 se estava se sentindo disposto a realizar os exercícios na aula de hoje,

visto que se tratava de uma aula de aeróbico, e ele confirmou que era possível sua participação.

9 de outubro de 2024

Hoje na turma F, o aluno Idoso 25 saiu imediatamente após um exercício realizado no colchão. O tema da aula de hoje envolvia fortalecimento de tronco e membros superiores e incluía alguns exercícios que visavam fortalecer o *core* abdominal. Preocupado, o pesquisador-observador pediu permissão ao Professor 2 e foi conferir a situação do aluno, que relatou um mal-estar. Após isso, o pesquisador-observador acionou a equipe de enfermagem para monitoramento. Em conversa com as enfermeiras, foi perguntado ao pesquisador-observador se sabia se o aluno possuía algum histórico de embriaguez durante a aula, devido apresentar uma pressão arterial incomum, estando 9 por 6 e responder com certa letargia as perguntas da enfermagem. O pesquisador-observador respondeu negativamente ao questionamento.

Em outro momento, na turma B, o aluno Idoso 26 também relatou um mal estar relacionado ao exercício. Vale notar o receio e medo que os alunos dessa faixa etária têm em deitar no colchonete, evitando exercícios dessa natureza. Novamente foi acionada a enfermagem, que fez o primeiro atendimento com o beneficiário. Ambos alunos do relato de hoje sentiram-se bem após repousar.

10 de outubro de 2024

Houve uma reunião entre a equipe de EF para discutir alinhamentos sobre abordagens durante as aulas envolvendo alunos com problemas de motricidade. Durante essa reunião, foi abordado o fato de que muitos alunos ainda têm dificuldades com movimentos básicos, como equilíbrio, o que reflete a importância de estratégias de ensino diferenciadas para promover a melhora na motricidade e nas habilidades funcionais. A colaboração da equipe é fundamental para identificar quais intervenções seriam mais eficazes para esses alunos, ajustando os planos de aula conforme as necessidades individuais e promovendo um cuidado mais holístico. Essas conversas e discussões permitem que os professores alinhem suas abordagens, levando em

consideração as especificidades dos alunos e garantindo que o ambiente de ensino seja o mais adequado possível para cada um. O objetivo da reunião foi padronizar alguns aspectos e alinhar alguns procedimentos envolvendo essas situações em sala de aula. Foi decidido que é necessário adaptar grande parte dos movimentos, para evitar que sempre o estagiário tenha que adaptar no momento da aula e por conseguinte causar algum constrangimento ao aluno.

11 de outubro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

14 de outubro de 2024

Foi informado para o pesquisador-observador pelo Professor 1, que a aluna Idosa 13 sofreu um acidente vascular encefálico e por isso iria se ausentar das aulas e que demais informações eram desconhecidas. Nota-se a limitação de algumas informações acerca do quadro de saúde dos alunos. Isso se deve pelo repasse de informações. Geralmente, algum membro familiar ou cônjuge reporta isso à recepção, que repassa aos professores e, muitas das vezes, só é reportado no sistema, que é visto pelo professor. Isso dificulta alguns procedimentos. Seria muito mais fácil se a equipe tivesse um médico da família ou geriatra que fizesse o acompanhamento de todos esses casos para constantemente repassar aos professores.

Posteriormente, na aula da turma F, a aluna Idosa 27 informou ao pesquisador-observador que não gostaria que o mesmo passasse ao seu lado durante as aulas, pois isso estava a atrapalhando no quesito de concentração. Veio a reflexão de que faz parte do trabalho do estagiário circular pela sala de aula, o que dificultaria tal demanda. Mais tarde, ela veio ao encontro do pesquisador-observador e relatou sofrer de transtorno de déficit de atenção e hiperatividade. Muitos desses transtornos psicológicos são negligenciados e não levado em conta quando se faz um planejamento de aula. Ao repassar a informação ao Professor 2, concordou-se em ter mais atenção enquanto circular na sala de aula para não atrapalhar tanto a aluna.

15 de outubro de 2024

O aluno Idoso 5 trouxe um relato muito gratificante ao pesquisador-observador e ao Professor 1. Ele já consegue vir andando para a clínica! Antigamente, ele não conseguia por causa da sua condição de inatividade física. Ele citou que parava a cada alguns passos para recuperar o fôlego, mas conseguiu vir andando, independentemente, para a unidade e realizar os exercícios físicos.

Posteriormente, a esposa do aluno Idoso 28, da turma G, veio relatar ao pesquisador-observador que o seu marido está investigando as causas de sarcopenia severa, na qual tem correlação com sua marcha cada vez mais debilitada. A recomendação médica é que ele não pode pegar peso nos membros superiores. Foi acatada a informação e repassada ao Professor 1. A reação foi de surpresa dos dois, mas a esposa não relatou o porquê da recomendação médica e se tinha correlação com a sarcopenia.

16 de outubro de 2024

A aluna Idosa 2, da qual está sendo observada de perto pelo pesquisador-observador, Professor 1 e a psicóloga, demonstrou, mais uma vez, um indício neurodegenerativo. O questionário de patologias, que vem sendo aplicado ao longo da semana, foi entregue a ela. Ela não parecia saber do que se tratava, mesmo com a explicação. Foi entregue para a filha dela o questionário. A compreensão do mundo ao redor pela aluna fica cada vez mais prejudicada.

17 de outubro de 2024

A aluna Idosa 29 relatou ao pesquisador-observador que estava com constantes tonturas e tosse. Não obstante, começou a falar da sua vida pessoal e, principalmente, da sua filha. Explicou que sua filha, já adulta, estava investigando um possível diagnóstico de transtorno do espectro autista. Começou a explicar como a rotina estava difícil e como sua incompreensão com a filha estava entristecendo-a. Foi explicado para ela que hoje em dia o diagnóstico é algo tranquilo e que não era de maior espanto, o que trouxe conforto a ela.

Em conversa com a psicóloga, em relação a situação da aluna Idosa 2, foi relatado que está cada vez mais difícil envolvê-la nas questões relacionadas aos exercícios físicos, porque parecia que ela estava vagueando o tempo todo, sintoma de déficit de orientação espacial. A psicóloga falou que iria dar prioridade a essa aluna na fila de consultas para acolhimento para um melhor direcionamento. O pesquisador-observador tem tomado a frente de muitas situações como integrante de uma sala de aula, com ou sem a presença dos professores.

18 de outubro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

21 de outubro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

22 de outubro de 2024

Hoje a aula na turma C tinha como tema equilíbrio e marcha. No entanto, a aluna Idosa 13 demonstrou preocupação em realizar movimentos simples e não usar a cadeira como suporte. O Professor 1 relatou ao pesquisador-observador que a mesma tinha sofrido uma queda recentemente, algo que não tinha sido relatado antes. Por cansaço, a mesma parou de realizar os exercícios. O receio dela cair novamente causava um bloqueio mental, que levou o pesquisador-observador a conversar com ela e ficar ao seu lado durante a execução dos exercícios que ela conseguiu fazer.

Na turma G, a aluna Idosa 30 realizou um comentário gratificante ao pesquisador-observador e Professor 1. Ela tinha parado de tomar medicamentos, que antes eram contínuos, para dor generalizada. Correlacionou isso à aderência da mesma no programa de exercícios físicos. Ela foi parabenizada e o Professor 1

relembrou a importância de sempre continuar a vir aos exercícios por se tratar de uma progressão que é alcançada ao longo do tempo.

23 de outubro de 2024

As regras de um programa devem ser seguidas para maior convivência e ordenação. A aluna Idosa 31 foi avisada pela recepção que não poderia realizar aula fora do seu horário. Aconteceu de ela ter errado o horário e acabou vindo antes. Ela simplesmente ignorou as ordens vinda das assistentes administrativas e participou da aula em uma turma diferente. Não causou nenhum problema e muito menos o Professor 2, que não se importou com o procedimento. O pesquisador-observador alertou-a quanto à necessidade de seguir as regras do programa, no qual obteve como resposta 'que se ela paga, ela pode', referindo-se à mensalidade do plano de saúde.

24 de outubro de 2024

Em conversa com o pesquisador-observador, o Professor 1 relatou o desejo, de forma consternada, de 'pegar mais pesado' com algumas turmas que ele julgava não estarem levando a sério os exercícios passados em sala de aula. Apesar do julgamento subjetivo, o pesquisador-observador concordou com ele, demonstrando preocupação quanto à saúde dos alunos se não realizarem os exercícios como proposto. Entre elas, a já relatada turma C, que já foi alvo de acordo sobre adaptar as aulas segundo suas necessidades e agora parece que essas necessidades precisam ser levadas a um outro patamar.

25 de outubro de 2024

Hoje ocorreu novamente o encontro mensal que a equipe tem com o departamento de recursos humanos. A equipe de EF fez um levantamento importante com a equipe sobre a margem de erro que o programa X oferece e como isso tem afetado as aulas. É um tema muito recorrente que sonda a equipe de maneira geral, mas a gestão ainda não conseguiu resolver. A equipe de EF solicitou participar das triagens junto com a enfermagem para um direcionamento mais personalizado dos

alunos para as turmas. Na prática sempre é difícil, devido a grade horária dos professores.

28 de outubro de 2024

Hoje, na turma A, a aluna Idosa 32, visivelmente emocionada, saiu da sala de aula chorando, e seus colegas de turma imediatamente se aproximaram para oferecer apoio. Eles sabiam que o luto pelo falecimento do marido, ocorrido há seis meses, ainda era algo doloroso para ela. A turma, como uma rede de apoio, se uniu em um abraço coletivo, mostrando a importância do vínculo afetivo que se forma dentro do ambiente de aprendizado. Esse gesto evidencia como as aulas, para os idosos, não são apenas um espaço para exercício físico, mas também um local de acolhimento e suporte emocional. A presença de colegas e profissionais de saúde no contexto da APS pode fornecer uma rede sólida que promove não apenas a saúde física, mas também o bem-estar psicológico e social dos participantes, criando um ambiente seguro e de pertencimento, especialmente para aqueles que enfrentam desafios emocionais.

29 de outubro de 2024

Aconteceu um evento, na turma G, bastante constrangedor, mas o que se seguiu foi, no mínimo, curioso. O aluno Idoso 22 sofreu um episódio de escape urinário durante os minutos finais de aula. Foi informado ao pesquisador-observador por colegas de turma do mesmo, no qual foi avisado o Professor 1. A enfermagem foi acionada e uma das enfermeiras veio após o fim da aula, mas o que se seguiu foi curioso. O Professor 1 avisou ao Idoso 22, que simplesmente ignorou a informação e foi embora. Ficou a dúvida se ele escutou ou compreendeu o que tinha acontecido.

30 de outubro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

31 de outubro de 2024

Hoje a aluna Idosa 32 questionou o pesquisador-observador em relação a um acidente vascular ocular e se podia participar da aula. O pesquisador-observador foi buscar a informação com a equipe de enfermagem, que a orientou apenas a procurar um médico e não realizar esforço. Eventos como esse, por mais que sejam simples, evidenciam o conhecimento que um PEF deve ter em relação a patologias e eventos adversos.

1 de novembro de 2024

A aluna idosa 31 novamente participou de uma aula fora do seu horário, o que não devia ser permitido, mas é recorrente esse acontecimento. A equipe quase se torna refém pois a justificativa é que ela paga o plano de saúde. Para evitar maiores constrangimentos, nada foi feito.

4 de novembro de 2024

A equipe de enfermagem solicitou a opinião do pesquisador-observador a respeito de temas para os grupos personalizados da equipe. Realizado esporadicamente em diferentes épocas do ano, esses grupos tem como objetivo não somente integrar os profissionais da equipe multiprofissional, mas também os alunos, a fim de promover maior vínculo entre as pessoas presentes nesses grupos. Como citado anteriormente no relato, um dos exemplos foi a atividade do setembro amarelo. Os alunos participam mediante inscrição, pois tem vagas limitadas, e alguns profissionais de algumas equipes participam a fim de promover o aspecto multiprofissional. Foi sugerido pelo pesquisador-observador temas referentes à explicação de exercícios físicos, com o objetivo de promover maior entendimento para os alunos do porquê eles realizam tais exercícios e como sua funcionalidade pode ser aplicada para o cotidiano. A equipe demonstrou positividade à ideia e disse acatar a sugestão.

5 de novembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

6 de novembro de 2024

Realizei o registro de queda da aluna Idosa 33. Novamente, é notório a recorrência de quedas entre os alunos. Feito o procedimento de anotar a data e o horário da ocorrência e de questionar se apresentava algum sintoma para acionar à equipe de enfermagem, foi descrito como ocorreu o evento. Chamou a atenção do pesquisador-observador sobre como se deu a queda. A aluna relatou estar indo pegar o ônibus na estação-tubo quando viu o ônibus da sua linha aproximar. Em uma tentativa apressada, correu até a estação tubo e, em seguida, tropeçou em uma elevação na calçada e caiu na canaleta do ônibus. Apresentava vários hematomas e escoriações na pele. Foi socorrida por pessoas próximas. Disse que 'a vida passou diante dos seus olhos e que teve sorte que foi avistada pelo motorista, que reduziu a velocidade'. Esse evento é um exemplo que deve ser levado aos órgãos competentes a respeito do urbanismo da cidade de Curitiba.

7 de novembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

11 de novembro de 2024

Foi conversado com a psicóloga sobre a situação da aluna Idosa 2, novamente. Finalmente realizada a consulta, a psicóloga relatou que quem participou da sessão não foi somente a Idosa 2, mas também sua filha. Disse ao pesquisador-observador que a filha é extremamente protetiva em relação à mãe e que esse comportamento tem origem devido ao derrame cerebral que a mãe sofreu há alguns anos. Foi levantada a hipótese de que o convívio e a dinâmica desse relacionamento

podem influenciar na autonomia da Idosa 2, que já possui indicadores de regresso cognitivo.

12 de novembro de 2024

A aluna Idosa 34 veio relatar ao pesquisador-observador que cessou o uso do cigarro há cerca de 3 meses. Foi relatado pela mesma que a rotina de exercícios do programa tem a ajudado nessa jornada e que 'a distrai'. O que chamou a atenção do pesquisador-observador foi que ela utiliza o SUS. Mesmo sendo beneficiária de um plano de saúde privado, ela recorreu à saúde pública para o tratamento do tabagismo. O SUS disponibiliza, sem custo, adesivos de nicotina. A aluna relatou, de maneira contente, como foi pouco burocrático o acesso e a obtenção desses adesivos para o seu tratamento. O pesquisador-observador informou à aluna que dentro da APS havia um programa que visava ajudar os beneficiários do plano de saúde a cessar o uso de cigarro. Ela relatou que sabia da existência do programa, porém não tinha interesse, pois era apenas acompanhamento psicoterápico e não distribuíam uso alternativos de nicotinas.”

13 de novembro de 2024

Desde a última conversa com a psicóloga, relatei ao Professor 1 sobre a situação da aluna Idosa 2. O mesmo me disse que, finalmente acertado pela equipe de enfermagem, a aluna será transferida para uma turma que se adeque melhor às suas necessidades. Isso é uma conquista que, desde do início do relato, vem sendo buscada incansavelmente e acompanhada com proximidade, principalmente pelo pesquisador-observador. Infelizmente, o pesquisador-observador não estará presente nessa turma e somente o Professor 1, devido ao conflito de horários. Espera-se um progresso mais acentuado a partir de agora.

14 de novembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

18 de novembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

19 de novembro de 2024

O Professor 1 e a psicóloga decidiram a alta da aluna Idosa 13. Quando o pesquisador-observador foi questionar o Professor 1 sobre a decisão, a justificativa dada foi que o programa não atendia mais, de maneira integral, as suas necessidades no quesito da saúde, precisando de um acompanhamento mais personalizado. A questão que fica é, quando o exercício físico não pode atender mais as pessoas?

A alta do programa é dada quando a equipe multiprofissional, dentro do contexto do programa, não pode mais atender, pelo menos não de maneira 100% eficaz, a promoção à saúde pretendida, recomendando ao aluno um atendimento mais preciso e especializado.

21 de novembro de 2024

Ainda sobre a aluna Idosa 13, a psicóloga veio relatar ao pesquisador-observador mais detalhes sobre a decisão de dar alta do programa à beneficiária. Devido a um quadro de epilepsia, que a aluna apresentava há algum tempo e não sabia a origem dos eventos, foi realizado um estudo de caso com ela na Espanha. A informação surpreendeu ao pesquisador-observador, visto que maiores detalhes do caso eram desconhecidos e seriam de extrema utilidade em sala de aula. Também foi relatado que isso levava a quadros esporádicos de afasia.

22 de novembro de 2024

A aluna Idosa 35 buscou o pesquisador-observador para tratar de uma questão, no mínimo, curiosa. A mesma disse para o pesquisador-observador intervir em uma situação que ela julgava preocupante. Ela disse que a aluna Idosa 12, ambas

da turma B, sempre estava com escoriações e lesões nos membros superiores. Quando a mesma disse que foi questionar a Idosa 12 sobre esses motivos, em diferentes momentos, ela deu respostas dispersas como 'se tratava de algumas atividades envolvendo jardinagem' ou 'acidentes na cozinha'. Prontamente fui levar a questão à psicóloga, que conferiu na plataforma integral de acesso referente às consultas que os beneficiários realizaram. Disse que não tinha dado entrada em nenhum hospital ou clínica, indicando não se tratar de acidentes graves. Conhecendo a Idosa 12, a psicóloga disse que a mesma não é casada, então possivelmente não se tratava de violência doméstica. A hipótese levantada pela psicóloga é que poderia ser alguma forma de automutilação não suicida e, de forma geral, o pesquisador-observador, devido à proximidade constante com a aluna, poderia traçar uma estratégia para criar um maior vínculo com a aluna, para investigar possíveis motivos. A questão também foi levada ao Professor 2, que disse estar atenta a partir de agora e buscar maiores soluções caso se observe as mesmas questões.

25 de novembro de 2024

Ao final do dia de hoje, o pesquisador-observador e a fisioterapeuta tiveram uma conversa extremamente produtiva sobre os papéis da EF e da fisioterapia no programa e no contexto da atenção à saúde primária, no geral. A princípio, a fisioterapeuta e a nutricionista do programa são as pessoas com quem o pesquisador-observador tem menos contato. Ao longo da conversa, foi relatado pela fisioterapeuta um contexto maior do seu papel ali dentro do programa que, até então, o pesquisador-observador não possuía muita clareza. O que se sabia é que era realizada a captação de beneficiários que estavam no estágio de pós-fratura do fêmur, e que o acesso se dava pela plataforma integrada da cooperativa. Após essa captação, era oferecida uma vaga no programa para acompanhamento e aulas de reabilitação para, em seguida, observada o desempenho e melhora, iniciar nas aulas da EF. A conversa com a fisioterapeuta se deu principalmente sobre o contraste entre as profissões, que de acordo com a mesma, 'não possuía competências acerca de maior personalização de exercícios físicos para a performance'. O contraste entre as profissões também é observado nos comentários dos alunos, sendo que muitos acham que os profissionais de EF são fisioterapeutas. O pesquisador-observador relatou sobre como não há

muito material na literatura a respeito disso, e que muitas vezes o papel do PEF no contexto da saúde é desconhecido e por muitas vezes sem muita clareza. A respeito da reabilitação, foi dito que o PEF também pode realizar, na qual ela concordou.

26 de novembro de 2024

Em uma abordagem entre troca de turmas, a aluna Idosa 36 relatou que seu esposo, o aluno Idoso 28, não pode levantar peso nos membros superiores devido à orientação médica. A reação foi de surpresa, mas prontamente concordei. Anotei isso para ser levado à próxima discussão de casos clínicos, pois isso dificulta maior promoção à saúde ao aluno, que já possui ocorrências de saúde sendo investigada principalmente em relação à sarcopenia.

27 de novembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

28 de novembro de 2024

No dia de hoje, não teve aula. É o penúltimo encontro com o departamento de recursos humanos da cooperativa, que teve como objetivo integrar a equipe e proporcionar um maior direcionamento dos nossos papéis dentro da cooperativa. Novamente, foi realizada dinâmicas e apresentadas diversas dicas de leitura e orientações de carreira. Foi discutido que, amanhã, as atividades desenvolvidas no mês anterior serão levadas à gestão. Dentre eles, os apontamentos levantados pela EF, como um maior acompanhamento nas triagens, maior filtro dos alunos para as turmas e dentre outras demandas das outras equipes.

29 de novembro de 2024

Novamente, sem aulas no dia de hoje, foi o último encontro da equipe com o departamento de recursos humanos. Finalmente foi apresentado à gestão diversas

sugestões com o objetivo de melhorar o fluxo e direcionamento de cada equipe para obter uma maior facilidade e evitar quaisquer intercorrências para proporcionar uma melhor abordagem e promoção à saúde dos beneficiários. Como dito anteriormente, foi proposto diversas pontuações realizadas por todas as equipes, dentre elas a enfermagem, a assistência administrativa, a fisioterapia, a psicologia e a nutrição. Em resumo, a gestão concordou com a maioria das ideias e disse que começaria a implementar no começo do próximo ano. Em relação à EF, a gestão de sala de aula é um aspecto particular presente na atuação dentro da APS, levando os outros membros da equipe multiprofissional a não levantar demais considerações e concordarem com os aspectos propostos pela equipe de EF, como realizar as reavaliações dos alunos pela enfermagem antes do início das aulas, para evitar um *score* baixo pelo programa X, os PEF participarem das reavaliações e demais propostas.

2 de dezembro de 2024

Hoje começou a divulgação para a confraternização dos beneficiários. Irá consistir em uma dança seguindo de uma festa que terá diversos pratos. Foi comum, durante todo o ano, algumas turmas realizarem confraternização, principalmente quando era aniversário de algum colega de turma. Era uma das raras vezes que não faltava ninguém para o dia da aula. Acredita-se que essa confraternização de fim de ano tenha uma ótima aderência.

3 de dezembro de 2024

Já em reta de fim de ano, alguns alunos já começaram a se ausentar em um número considerável. Alguns, na semana passada, já comunicaram que iriam viajar, sem data prevista para retornar. O programa possui um sistema rígido em relação às faltas dos alunos, com no máximo 15 faltas injustificadas por semestre, mas como se trata de um fim de ano e já foi conversado com a gestão sobre alguns parâmetros e indicadores, dificilmente esses alunos serão prejudicados.

4 de dezembro de 2024

Hoje a aluna Idosa 37, em uma conversa antes de iniciar a aula, relatou ao pesquisador-observador sobre como o programa e a rede de apoio tem sido essencial para ela enfrentar um momento delicado no qual está passando, que envolve o falecimento de um membro familiar. Falou que tem vindo às aulas devido ao incentivo de uma colega de turma, a Idosa 12.”

5 de dezembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

6 de dezembro de 2024

Hoje foi a última reunião de discussão de casos clínicos do ano. Em um momento, perguntei sobre a situação do aluno Idoso 28, no qual sua esposa tinha relatado para mim que o mesmo não podia levantar carga nos membros superiores. O contexto da pergunta era adequado, pois o Idoso 28 tinha sido aluno da fisioterapeuta e discutia-se o seu quadro, que consideravelmente estava se agravando. A fisioterapeuta disse para o pesquisador-observador que ele possuía alguma lesão no carpo, que dificultava alguns movimentos. Então, fez-se sentido a recomendação médica. Se não fosse a opinião de uma profissional que já estava envolvida no caso, não saberia o porquê disso.

Em uma parte, falou-se de alunos que já apareceram nos casos anteriores, como a aluna Idosa 6. Foi decidido que a cooperativa iria acionar a assistência social, devido a informações conflitantes dos filhos e o possível desenvolvimento da DFT que estava se agravando.

9 de dezembro de 2024

Última semana de aulas do ano. Apesar disso, a rotina das aulas segue normal, apesar da ausência de alunos. A aluna Idosa 38, da turma A, chorou ao se

despedir dos colegas e dos professores, pois já estava indo viajar e retornaria às aulas somente no próximo ano.

10 de dezembro de 2024

Sem aspectos de interesse do pesquisador-observador para relatar no dia de hoje.

11 de dezembro de 2024

Oficialmente o último dia de aulas, pois amanhã e sexta-feira irá ter somente festividades. Não aconteceu nada fora do ordinário, e as aulas se encerraram conforme a rotina de sempre.

12 de dezembro de 2024

Iniciada as festividades, de acordo com relatos de colegas de trabalho, o período da manhã teve ótima aderência e muitos vieram. O período que o pesquisador-observador acompanhou foi o da turma da tarde, no qual também teve muita aderência e os alunos se divertiram muito. Foi contratado uma dupla de músicos para cantar músicas flashback, proporcionando um ambiente com músicas que os alunos gostam. A aderência não foi somente em questão de números, visto que muitos dançaram e conversaram a tarde inteira. Encerrado isso, todos seguiram para o lanche, que foi proporcionada tanto pela cooperativa quanto pelos pratos que trouxeram.

13 de dezembro de 2024

O dia de hoje não foi diferente do ontem. Seguiu-se o mesmo roteiro, sem alterações. Encerrada todas as festividades, o programa retorna só em fevereiro de 2025, sendo o restante de dezembro para planejamento de aulas e o começo de janeiro inicia-se as aulas, com presença opcional, para os alunos não ficarem muito tempo parados.

6 DISCUSSÃO

O contexto multiprofissional dentro da APS é de suma importância, visto as diversidades e desafios que foram relatados pelo pesquisador-observador no dia a dia. Seguindo uma estrutura lógica para sistematizar o estudo descritivo, afim de organizar essas experiências vivenciadas, as categorias foram divididas em: a vivência prática como estagiário de EF em uma APS, a integração com a equipe multiprofissional e a promoção à saúde do idoso.

TABELA 1 – CATEGORIAS ANALÍTICAS

Categorias	Descrição Analítica	Tratamento dos Resultados
A vivência prática como estagiário de EF em uma APS.	Desafios e aprendizados observados pelo pesquisador-observador acerca do PEF na APS.	Análise da observação acerca da vivência no cotidiano da APS.
A integração com a equipe multiprofissional.	Comunicação e dinâmica entre a equipe multiprofissional na APS.	Análise da observação da totalidade da integração entre os profissionais da equipe.
A promoção à saúde do idoso.	Integralização e promoção do cuidado ao idoso.	Análise da observação sobre a totalidade do cuidado à saúde do idoso.

FONTE: Elaborada pelo autor (2025).

A vivência prática no estágio revela que a atuação do PEF na APS, especialmente no cuidado à saúde do idoso, evidencia lacunas na formação acadêmica frente às exigências da saúde coletiva. Apesar das Diretrizes Curriculares Nacionais (Brasil, 2018) preverem a atuação do bacharel em EF na promoção e reabilitação da saúde, o cotidiano da APS revela que muitos PEFs não se sentem preparados para lidar com a complexidade presentes dentro desse contexto, tendo como um dos fatores a falta de disciplinas de Saúde Coletiva na formação inicial (Lima *et al.*, 2024).

Exemplos do diário de campo mostram essas dificuldades, como alunos com dúvidas sobre exercícios diante de orientações médicas restritivas, e a presença de condições complexas, como a DFT que de acordo com Souza *et al.* (2022, p. 46), “define-se como uma síndrome clínica, cujo denominador comum é o acometimento focal dos lobos frontais e/ou temporais”, exigem conhecimento aprofundado em saúde coletiva e interação com equipes multiprofissionais. A realidade da APS demanda não só conhecimento técnico, mas também compreensão das políticas de saúde,

coordenação de cuidado e sensibilidade social (Arce; Souza, 2013). Leva-se ao questionamento sobre mudanças na estrutura curricular dos cursos de Educação Física, apontando possibilidades como a proximidade com outros cursos da Ciências da Saúde em relação a experiências práticas e disciplinas ministradas.

No programa observado, o dinamismo com a equipe multiprofissional evidencia os benefícios quanto aos desafios dessa atuação compartilhada. A enfermagem desempenha papel central na triagem, monitoramento e suporte aos usuários, sendo responsável por avaliações funcionais e pelo atendimento imediato em situações de risco. No entanto, falhas na comunicação entre enfermeiros e professores dificultam o fluxo de informações, embora mudanças estruturais, como a designação de enfermeiros para professores específicos, tenham melhorado esse aspecto. A atuação da psicologia também é significativa, com envolvimento em casos de sofrimento emocional e cognitivo, como no acompanhamento da aluna com DFT. A psicóloga promove ações como a campanha do Setembro Amarelo, reforçando a importância da AF na saúde mental dos idosos, grupo que apresenta altas taxas de suicídio. A fisioterapia, por sua vez, é essencial na reabilitação de idosos, especialmente em casos pós-fratura, como de fêmur, preparando-os para a participação nas turmas conduzidas pelos PEFs. A sobreposição de funções entre fisioterapeutas e profissionais de EF pode gerar confusões, mas ambas as áreas compartilham o foco no movimento humano.

Consequente, a integralização para a saúde dos idosos revela que esses utilizam mais os serviços de saúde devido à presença DCNT, o que gera aumento de custos e limitações na vida social. Nesse cenário, a AF e o papel do PEF se destacam como estratégias eficazes na promoção da saúde e redução de gastos. As discussões de casos clínicos entre os membros da equipe multiprofissional são uma prática recorrente e fundamental, permitindo decisões mais integradas e adequadas à realidade dos alunos idosos. Casos como os dos alunos Idoso 22, Idosa 6, Idoso 28 e Idosa 13 ilustram a importância dessa troca de saberes para o cuidado individualizado e humanizado.

Contudo, o relato de experiência aponta limitações na comunicação entre o PEF e os demais membros da equipe, que ocorre, em geral, apenas em momentos agendados. Isso evidencia a necessidade de fortalecer a atuação integrada do PEF,

indo além da execução de exercícios físicos e participando ativamente das ações de cuidado integral.

6.1 A VIVÊNCIA PRÁTICA COMO ESTAGIÁRIO DE EF EM UMA APS

Os desafios enfrentados na APS, no contexto da atenção à saúde do idoso, constituem aprendizados para o profissional em processo de formação de maneira única. É apresentado, no cotidiano da prática, situações particulares da atuação de profissionais envolvidos dentro desse contexto, que acabam revelando lacunas quanto à formação do curso de EF em relação à saúde coletiva, dada estruturas curriculares (Oliveira; Gomes, 2020). A Resolução nº 6, de 18 de dezembro de 2018, do Conselho Nacional de Educação/Câmara de Educação Superior, que institui diretrizes curriculares nacionais dos cursos de graduação em EF, diz no artigo 18, do capítulo IV, em relação ao bacharelado: “c) intervir acadêmica e profissionalmente de forma fundamentada, deliberada, planejada e eticamente balizada nos campos da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde;” (Brasil, 2018, p. 6).

E, mais a frente, no artigo 20, revela os eixos articuladores no campo da saúde que o curso de bacharelado em EF tem que apresentar, sendo a saúde uma delas. É descrito nas subcategorias políticas e programas de saúde, atenção básica, saúde coletiva, SUS e dentre outros (Brasil, 2018, p. 6).

Sendo previsto, dentro dos cursos de bacharelado em EF, a prática e a promoção da saúde, dentro do contexto da atenção básica (Brasil, 2018), é evidente que a inserção de disciplinas de Saúde Coletiva, Epidemiologia, dentre outros, irão beneficiar a formação dos PEFs quanto profissionais desses ambientes. Como relatado pelo pesquisador-observador no dia 10 de setembro de 2024, é comum os alunos trazerem dúvidas em relação a tópicos de cinesiologia, em um contexto no qual os médicos os proibiram de realizar certos movimentos; ou como registrado no dia 26 de novembro de 2024, que a aluna Idosa 36 informou que seu marido foi proibido, também por orientação médica, de levantar pesos nos membros superiores. Esses registros, aparecendo em diferentes dias, como no dia 23 de setembro de 2024, leva em consideração que é necessário um conhecimento particular em relação à epidemiologia e saúde coletiva, direcionada à promoção à saúde do idoso.

Dentre outros desafios, relacionado à vivência do estagiário na APS e sua relação com a lacuna na formação, apresentavam-se diversos casos de investigação

de patologias que os alunos traziam para o pesquisador-observador. Um dos exemplos é o registro de 3 de setembro de 2024, em que o aluno Idoso 5 possuía diversas condições especiais de saúde. Apesar de haver orientações quanto à prescrição de exercícios físicos para pessoas idosas, como as do Colégio Americano de Medicina do Esporte (Kanaley *et al.*, 2022), no contexto da atenção à saúde do idoso na APS assume um cenário de maior complexidade e cuidado. Quanto maior o número de profissionais e serviços dentro dessa provisão de cuidado, maior a dimensão da coordenação para se atinja o resultado (Almeida *et al.*, 2018).

Diversas patologias, de múltiplas origens, contribuem para cada aspecto da intervenção do PEF dentro de uma sala de aula, levando em conta que se trata de aulas em grupos, e não treinamentos personalizados individuais. Como relatado no dia 6 de setembro de 2024, a aluna Idosa 6 possuía DFT. Conforme relatado na discussão de caso clínico do dia registrado, a socialização da aluna era um ponto que foi levantado, já que foi compartilhado entre a equipe sobre seus comportamentos atípicos e, posteriormente, no dia 6 de dezembro de 2024, foi decidido que a cooperativa médica iria acionar o serviço social, já partindo de uma desconfiança quanto à independência da aluna devido ao agravamento da síndrome clínica. Essas abordagens aconteceram porque foi possível estar presente, em um contexto multiprofissional.

As competências exigidas para atuar na APS é um aspecto que os cursos de EF deveriam priorizar. A prática e prescrição de exercícios físicos revelam particularidades dentro do ambiente da APS e, principalmente, de atenção à saúde do idoso (Sá; Cury; Ribeiro, 2016). A limitada inserção às disciplinas envolvendo saúde coletiva implica no potencial da atuação do PEF dentro das APS, levando à procura de outros meios para ter uma aproximação com a saúde coletiva, como projetos de extensão ou o Programa de Educação pelo Trabalho na Saúde (PET-SAÚDE) (Lima *et al.*, 2024).

Uma formação mais direcionada ao campo da saúde é necessária, fundamentada nos aspectos da saúde coletiva, epidemiologia e dentre outros, apresentando o mercado de trabalho para essa formação envolvendo a atuação em equipes multidisciplinares em saúde em instituições públicas e privadas, unidades básicas de saúde, hospitais, dentre outros. É de importância que seja levado em conta a relevância do PEF dentro do contexto da saúde pública e visando uma formação

integral quanto a promoção à saúde e prevenção de doenças, ampliando para a prática no aspecto educativo e não sendo apenas um reprodutor de AF, integrando todo o escopo que representa a competência e complexidade da atuação dentro da saúde pública (Falci; Belisário, 2013).

6.2 A INTEGRAÇÃO COM A EQUIPE MULTIPROFISSIONAL

A complexidade envolvida na comunicação, envolvendo o público idoso, com a equipe multiprofissional, apresenta características distintas na qual a vivência cotidiana evidencia um cuidado integral à saúde do idoso. De acordo com Peduzzi (2001, p. 106), “a comunicação entre os profissionais é o denominador-comum do trabalho em equipe, o qual decorre da relação recíproca entre trabalho e interação”. Por meio da pesquisa-observacional, fica evidente por meio dos registros de diário de campo que a interação com a equipe multiprofissional é essencial para a integralidade do cuidado, sendo o cuidado do aluno facilitado, pois a resolução do seu problema é de conhecimento de toda equipe multiprofissional (Teixeira *et al.*, 2000 *apud* Oliveira; Spiri, 2006).

Como relatado no dia 3 de setembro de 2024, foi levado à equipe de enfermagem, na época, que o *software* que a cooperativa médica utiliza para a avaliação funcional do aluno, levando em conta condicionamento físico e patologias, por meio de testes de equilíbrio e *anamnese* inicial, sendo as enfermeiras responsáveis por essa avaliação dos alunos (triagem). Essa avaliação caracteriza o risco de queda dos alunos, e apresentava uma margem de erro significativa, pois estava designando alunos com condições que necessitavam de uma atenção maior e personalizada, a turmas que o programa estrutura como baixo risco de queda. Ao estagiário, anterior ao relato, foi presenciada uma única vez a triagem, deixando o PEF fora dessa parte tão crucial quanto o diagnóstico inicial de um aluno para a AF. Implica-se em questão de tempo disponível para os PEF já inseridos no programa, e para a cooperativa médica mais contratações, quanto a participação do PEF nas triagens, sendo restringidos à equipe de enfermagem.

Em outro registro, do dia 5 de setembro de 2024, que ocorreu uma situação em relação ao aluno Idoso 5, devido a um quadro geral de saúde debilitado do mesmo, foi concluído pelo Professor 1, no momento da aula, que seria viável pedir à equipe de enfermagem um oxímetro de pulso, que realiza a medição da saturação parcial de

oxigênio do aluno (psO2) (Nunes; Terzi, 1999). A equipe de enfermagem, em particular, apresenta não somente um suporte para os demais membros da equipe, mas também um papel estratégico nessas diversas atividades, e é, de acordo com Barreto *et al.*, (2018, p. 282), “visto como corresponsável pelo cuidado e pelo empoderamento dos usuários no que se refere à saúde e qualidade de vida, conferindo autonomia aos sujeitos”. O PEF também apresenta essas características de promoção à autonomia dos usuários, evidenciando um caráter básico entre essas atuações distintas, porém com um objetivo semelhante. O direcionamento da prática corporal/AF envolve implementações na rede básica de saúde e comunidade, aconselhando os usuários quanto a realização da prática de AF como parte de uma ação envolvendo intersetorialidade e monitoramento (Moretti *et al.*, 2009).

Há falhas em algumas características envolvendo a comunicação e a integração da equipe de enfermagem, que é um dos primeiros contatos do aluno com o programa, e os professores. Como relatado no dia 1 de outubro de 2024, quando o PEF quer saber sobre o quadro clínico de um aluno, é necessário perguntar em algum momento da aula para saber mais sobre o seu aluno. Esse quadro vem mudando atualmente, já que uma das mudanças implementadas no programa foi designar cada enfermeiro a um professor em particular, para ocorrer uma maior desenvoltura e entendimento integral quanto à saúde dos alunos de cada professor, assim não ocorrendo interferências indesejadas.

A enfermagem não somente realiza as triagens dos alunos, mas também o monitoramento de algumas ocorrências, como quedas e primeiros socorros. Como relatado nos dias 2 de outubro de 2024 e 6 de novembro de 2024, o pesquisador-observador registrou, na plataforma que o programa usa, situações envolvendo quedas dos alunos, que é automaticamente notificada à equipe de enfermagem para monitoramento do bem-estar do aluno. No dia 9 de outubro de 2024, foi registrado alunos que relataram sensação e mal estar quanto à prática de alguns exercícios, que foram prontamente atendidos pela equipe de enfermagem. A integração, surgindo da interação com os enfermeiros, é de extrema importância para um maior atendimento do quadro de saúde dos alunos. De acordo com Galavote *et al.* (2016), além da coordenação do trabalho de enfermagem e da supervisão dos agentes comunitários da saúde, a responsabilidade de uma unidade está sob a gestão do enfermeiro. No contexto apresentado do diário de campo, na iniciativa privada, a equipe de

enfermagem assumia uma abordagem protagonista. Não sendo responsáveis pela gestão da unidade, mas em relação aos alunos e o seu bem-estar, refletindo posteriormente na criação de um cargo de Analista de Enfermagem na equipe.

Nos registros, a psicologia é indicada em diversas ocasiões dentro desse contexto da equipe multiprofissional. O psicólogo dentro da APS, segundo Ronzani e Rodrigues (2006), não é somente um especialista em saúde mental, mas também um profissional na soma dos esforços pela promoção da saúde com foco no restabelecimento do bem-estar comunitário.

O papel da psicóloga, dentro da equipe multiprofissional do programa, envolvia acolhimento dos alunos, seja por questões cognitivas ou emocionais, de acordo com o relato do dia 4 de outubro de 2024. Conforme relatado, a psicóloga da equipe participou ativamente dentre muitas questões. Uma delas se trata da DFT da aluna Idosa 6, relatado em 6 de setembro de 2024, que desde do início das discussões de casos clínicos, foi levantado esse apontamento, até chegar, posteriormente, na conclusão de acionar o serviço social. Uma das ações da psicóloga envolveu a conscientização do suicídio no mês do Setembro Amarelo, no dia 27 de setembro de 2024, em conjunto com o Professor 1 destacando os efeitos positivos da AF para a saúde mental.

De acordo com Santos *et al.* (2020), no Brasil, as maiores taxas de suicídio, em relação à faixa etária, está presente na população acima de 80 anos e também entre 70 e 79 anos. A AF mostra-se importante na prevenção e no tratamento da depressão para os idosos (Moraes *et al.*, 2009). Na saúde pública, a AF é um tratamento não-farmacológico e que excede os efeitos antidepressivos a ser gerados no público idoso (Guimarães; Caldas, 2006). Reforça-se novamente a importância da integração na equipe para uma integralidade ao cuidado da saúde do idoso.

Um outro aspecto que chamou a atenção foi a conversa com a fisioterapeuta do programa, acerca dos nossos papéis dentro desse contexto multiprofissional, registrado no dia 25 de novembro de 2024. O papel da fisioterapeuta no programa observado estaria na captação de alunos, em um estado de pós-fratura de fêmur, para promover essa reabilitação e, posteriormente, inseri-los nas turmas geridas pelos PEF. Um cenário de pós-fratura de fêmur, para um idoso, indica uma baixa recuperação da funcionalidade física que apresentavam antes do incidente (Carneiro; Alves; Mercadante, 2013). Sendo assim, dentro do contexto da promoção à saúde do

idoso, um poderoso indicador para a melhora do quadro de qualidade de vida. Tendo como objeto semelhante de estudo o movimento humano (Marinho; Santos, 2014), a fisioterapia e a educação física, na percepção dos alunos, são sinônimas. Alguns confundiam o papel do PEF sendo exclusivamente de reabilitação, apesar deste também ser de competência do PEF (Brasil, 2018).

A comunicação e a integralidade são aspectos extremamente relevantes quando se trata de promover o cuidado integral à saúde do público proposto, pois as equipes multiprofissionais estão inseridas dentro de uma importante estratégia dessa integralidade do cuidado, ampliando resolutivas e práticas (Júnior; Almeida, 2023). Visando o fortalecimento dessas práticas, para o PEF, apresenta-se uma perspectiva pautada na interprofissionalidade, como um desafio a ser superado (Farias et al., 2018).

6.3 A PROMOÇÃO À SAÚDE DO IDOSO

De acordo com a OMS (*apud* Schramme, 2023, p. 210), a “saúde é o completo estado físico, mental e social de bem-estar e não meramente a ausência de doença ou enfermidade”. A Comissão Nacional sobre os Determinantes Sociais da Saúde (CNDSS), amplia o debate sobre a saúde e engloba características que envolvem fatores como os: sociais, econômicos, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais (Geib, 2012). O processo de envelhecimento também é multifatorial e atravessado pelos determinantes da saúde. Pode-se exemplificar, por exemplo, as mudanças demográficas. A Razão de Dependência dos Idosos (RDI), que leva em conta a relação do número dos idosos a população considerada produtiva, mostra a redução da população com menos de quinze anos de idade e um aumento exponencial do público com mais de sessenta e cinco anos de idade, modificando o perfil epidemiológico dessa população (Souza; Silva; Barros, 2021).

Os idosos, devido a faixa etária, apresentam necessidades que levam eles a usarem mais os serviços de saúde, provocando aumento das despesas dentro desse contexto (Cardoso; Costa, 2010). Muitas dessas condições especiais de saúde estão associadas as DCNT, que em idosos acarretam em diversas limitações fisiológicas, incluindo restrições na vida comunitária e, conseqüentemente, impactando negativamente sua vida social (Figueiredo; Ceccon; Figueiredo, 2021). A preservação da autonomia e a realização de ações cotidianas, de maneira independente, é

promovida pela atividade física. No entanto, devido a impactos negativos na vida social causadas por características limitadoras dessa faixa etária, a atividade física nesse público tem fortes determinantes sociais. Motivadores como incentivo de amigos, familiares e atividades em grupo são fatores a se considerar (Leite *et al.*, 2023).

A AF e o PEF podem contribuir para melhorar o cenário referente à promoção à saúde, bem-estar e qualidade de vida. Em 2019, as DCNTs representaram um custo estimado de R\$290 milhões para o SUS (UFF, 2021). Atividades simples, como a caminhada, estão associadas com menores gastos com medicamentos (Turi *et al.*, 2015). Com baixo impacto e de sustentação do peso corporal, a caminhada é uma prática democrática, pois pode ser realizada em diferentes locais e em grupo, facilitando o contato social (Matsudo; Matsudo; Neto, 2001). Assim, a inserção do PEF, junto com a integralidade presente de uma equipe multiprofissional, é de extrema importância para o desenvolvimento e democratização da promoção à saúde dentro do contexto da saúde pública no Brasil.

Um dos aspectos recorrentes da efetividade da promoção à saúde do idoso relatado no diário de campo são as discussões de casos clínicos, como ocorridas nos dias 6 de setembro de 2024 e 6 de dezembro de 2024. Presente nas discussões toda a equipe multiprofissional, inclusive a gestão, era levado, por diferentes profissionais, casos que deveriam ser de conhecimento da equipe, para evitar desdobramentos indesejáveis em relação à sua saúde e bem-estar. Como por exemplo, o aluno Idoso 22 que apresentou um episódio de escape urinário durante a aula e chamou a atenção da equipe, sendo que foi conversado sobre possíveis consequências do seu acidente vascular cerebral, ou a aluna Idosa 6, que a questão da sua DFT era um tópico recorrente. Também o aluno Idoso 28, que foi elucidado a orientação médica de não realizar força com os membros superiores pela fisioterapeuta da equipe, que anteriormente o mesmo tinha sido seu aluno, ou a aluna Idosa 13, que até tinha sido tópico de estudo de caso. O objetivo das discussões de casos clínicos era trazer uma totalidade a casos específicos, para a tomada de decisões e orientações quanto a esses alunos dentro da sala de aula, levando em conta a sua realidade. O próprio programa distingue essas realidades, por meio de um direcionamento da quantificação do risco de queda realizado nas triagens. As aulas lecionadas para o público com alto risco de queda, por exemplo, que era de característica de alunos

longevos, com maior idade, eram majoritariamente realizadas com os alunos sentados na cadeira, e os de baixo risco de queda com exercícios incluindo saltos, a exemplo do polichinelo.

Com o objetivo de levar à máxima totalidade a saúde do idoso, mostra-se a importância de uma equipe multiprofissional, de diferentes saberes, para garantir essa integralidade de uma faixa etária que apresenta questões tão complexas. Leva-se em consideração, no entanto, o papel que o PEF se presta, não podendo ser apenas um reproduzidor da AF. Como relatado no diário de campo, muitas das situações que o PEF estava presente era quase que exclusivamente em sala de aula, sendo difícil a comunicação com outros membros da equipe quando não fossem em reuniões agendadas ou de competência do estagiário ser o mensageiro das ocorrências. A AF, dentro do contexto da APS, está associada enquanto direito e fator determinante da saúde da população brasileira e à diminuição de morbimortalidade, sendo o aconselhamento uma estratégia para a promoção da AF (Vieira et al., 2024).

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo compreender os desafios e aprendizagens envolvidas na atuação de um estagiário de EF no contexto da APS com foco no cuidado à pessoa idosa. O problema que orientou este trabalho partiu da constatação de uma lacuna entre a formação acadêmica do profissional de EF e as exigências da prática em saúde coletiva, especialmente no âmbito da APS. O objetivo geral foi relatar a experiência vivenciada durante o estágio supervisionado, evidenciando como as situações do cotidiano revelam aspectos estruturais, formativos e práticos da atuação em equipe multiprofissional e no cuidado integral à saúde do idoso.

Os principais resultados obtidos foram organizados em três eixos centrais: (1) os desafios formativos do PEF no cuidado à pessoa idosa na APS; (2) a integração e comunicação entre os profissionais da equipe multiprofissional; e (3) o cuidado integral à saúde do idoso. Os registros de campo revelaram que o estagiário enfrentou dificuldades para lidar com demandas complexas de saúde dos idosos, especialmente no que diz respeito às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), limitações funcionais e questões psicossociais. As reuniões de equipe e os estudos de caso clínico mostraram-se espaços potentes de aprendizagem interprofissional, nos quais o estagiário pôde compreender melhor o contexto biopsicossocial do público atendido.

Além disso, foram identificadas recorrências e sentidos atribuídos às vivências no campo, destacando o papel do PEF na promoção da saúde. A atuação em uma equipe multiprofissional exigiu habilidades que vão além da prática corporal, como comunicação eficaz, compreensão dos determinantes sociais da saúde e capacidade de articulação com outros profissionais. Cita-se como exemplo a única vez que o estagiário participou das triagens com os enfermeiros, na qual pode se destacar uma visão qualitativa dos resultados dos testes, além dos resultados serem meramente uma pontuação dada por um *software*. Esses achados dialogam com a literatura que defende uma formação mais integral e voltada para os princípios da saúde coletiva.

A realidade da APS impôs ao estagiário desafios que não são suficientemente contemplados na estrutura curricular tradicional dos cursos de EF. A vivência prática revelou-se fundamental para que o futuro profissional desenvolvesse competências voltadas à promoção da saúde, à integralidade do cuidado e à inserção crítica e colaborativa em equipes multiprofissionais.

Diante dos resultados obtidos, sugere-se que futuras pesquisas explorem com mais profundidade as estratégias pedagógicas que podem favorecer a formação do PEF para atuar na APS. Além disso, seria relevante investigar a percepção dos próprios usuários (idosos) sobre a presença e contribuição do PEF nas ações de cuidado à saúde. Assim, é possível ampliar o reconhecimento da EF como uma profissão estratégica para o fortalecimento do PEF no campo da saúde coletiva.

8 REFERÊNCIAS

AGEING AND HEALTH. **World Health Organization**, 2024. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>>. Acesso em: 17 abr. 2025.

ALMEIDA, Patty Fidelis de et al. Coordenação do cuidado e Atenção Primária à Saúde no Sistema Único de Saúde. **Saúde em Debate**, [S. l.], v. 42, n. especial 1 set, p. 244–260, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0103-11042018s116>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

ARCE, Vladimir Andrei Rodrigues; SOUSA, Maria Fátima de. Integralidade do Cuidado: representações sociais das equipes de Saúde da Família do Distrito Federal. *Saúde Soc. São Paulo, SP*, v. 22, n. 1, p. 109-123, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/cNR8qxVXcFzybn4mXJKB4xv/>>. Acesso em: 04 jun. 2025.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. Cuidado e reconstrução das práticas de Saúde, **Interface - Comunic., Saúde, Educ.**, Angra dos Reis – RJ, v. 8, n. 14, p. 73-92, 2003 – 2004. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-32832004000100005>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

BARRETO, Ana Cristina Oliveira *et al.* Percepção da equipe multiprofissional da Atenção Primária sobre educação em saúde. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, DF, v. 72, n. suppl. 1, p. 278-285, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/9VjrMMcnrxDBrjK5rdt9qXk/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

BOGDAN, Robert; BIKLEN, Sari; **Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos**. Portugal: Porto Editora, 1994.

BRASIL. **Lei nº 14.874**, de 28 de maio de 2024. Dispõe sobre a pesquisa com seres humanos e institui o Sistema Nacional de Ética em Pesquisa com Seres Humanos.

Diário Oficial da União, Brasília, DF, n.103, 2024. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023/2026/2024/lei/l14874.htm#:~:text=LEI%20N%C2%BA%2014.874%2C%20DE%2028%20DE%20MAIO%20DE%202024&text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20pesquisa%20com,em%20Pesquisa%20com%20Seres%20Humanos.> Acesso em: 16 abr. 2025

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução nº 6**, de 18 de dezembro de 2018. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais dos Cursos de Graduação em Educação e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2018. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=104241-rces006-18&category_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192>. Acesso em: 17 de abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica nº 19**. Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa, Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2007. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf>>. Acesso em: 16 abr. 2025

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 154**, de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família - NASF. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2008. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt0154_24_01_2008.html> Acesso em: 16 abr. 2025

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.528**, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2006. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html>. Acesso em: 16 abr. 2025

CARDOSO, Juliani Hainzenreder; COSTA, Juvenal Soares Dias da. Características epidemiológicas, capacidade funcional e fatores associados em idosos de um plano de saúde. **Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ, v. 15, n. 6, p. 2871-1878, 2010.

Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/LwJjLxy7yV6cz6y9Zz7CwJk/>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

CARNEIRO, Mariana Barquet; ALVES, Débora Pinheiro Lédio; MERCADANTE, Marcelo Tomanik. Fisioterapia no pós-operatório de fratura proximal do fêmur em idosos: Revisão da literatura. **Acta Ortop. Bras.** São Paulo, SP, v. 21, n. 3, p. 175-178, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/aob/a/3LzmcrcQHJPGR3YGPSTVFLn/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

COELHO, Christianne de Faria; BURINI, Roberto Carlos. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. **Rev. Nutr.** Campinas, SP, v. 22, n. 6, p. 937-946, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/3CfMRjMyHsMGzBxKRM6jtWQ>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

COELHO, Flávia Gomes de Melo; JÚNIOR, Jair Sindra Virtuoso. Atividade Física e Saúde Mental do Idoso. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, [S. l.], v. 19, n. 6, p. 663, 2015. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/277634565_Atividade_Fisica_e_Saude_Mental_do_Idoso>. Acesso em: 16 abr. 2025.

DANTAS, Maria Beatriz Pragana. **Educação em Saúde Pública: sujeito, diálogo e intersubjetividade.** 2010. 235 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) – Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães – Fundação Oswaldo Cruz, Recife, PE, 2010. Disponível em: <<https://www.cpqam.fiocruz.br/bibpdf/2010dantas-mbp.pdf>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

DENZIN, Norman Kent; LINCOLN, Yvonna Sessions. **The SAGE Handbook of Qualitative Research.** 5ª edição. Los Angeles: SAGE Publications, 2017.

ESTUDO DA UFF ANALISA IMPACTO DA INATIVIDADE FÍSICA NOS GASTOS DO SUS COM A SAÚDE. **Universidade Federal Fluminense**, 2021. Disponível em: <<https://www.uffdesenv.uff.br/siteantigo/?q=noticias/08-10-2021/estudo-da-uff->

analisa-impacto-da-inatividade-fisica-nos-gastos-do-sus-com-saude>. Acesso em: 19 abr. 2025.

FACCHINI, Luiz Augusto; TOMASI, Elaine; DILÉLIO, Alitéia Santiago. Qualidade da Atenção Primária à Saúde no Brasil: avanços, desafios e perspectivas. **Saúde Debate**. Rio de Janeiro, RJ, v. 42, n. especial 1, p. 208-223, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/TmzJ4T4MkCxFxbxpTFXJsd/>>. Acesso: 18 abr. 2025.

FALCI, Denise Mourão; BELISÁRIO, Soraya Almeida. A inserção do profissional de educação física na atenção primária à saúde e os desafios em sua formação. **Interface (Botucatu)**. Botucatu, SP, v. 17, n. 47, p. 885-899, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/icse/a/KR83XRR4M6qDnGfc5DLqw9s/>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

FARIAS, Danyelle Nóbrega de *et al.* Interdisciplinaridade e Interprofissionalidade na Estratégia Saúde da Família. **Trabalho, Educação e Saúde**. Rio de Janeiro, RJ, v. 16, n. 1, p. 141-162, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tes/a/s8LvmxwJSDXWRNWsQt7JH3b/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

FIDELIS, Luiza Teixeira; PATRIZZI, Lislei Jorge, WALSH, Isabel Aparecida Porcatti de. Influência da prática de exercícios físicos sobre a flexibilidade, força muscular manual e mobilidade funcional em idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, v. 16, n 1, p. 109-116, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000100011>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

FIGUEIREDO, Ana Elisa Bastos; CECCON, Roger Flores; FIGUEIREDO, José Henrique Cunha. Doenças crônicas não transmissíveis e suas implicações na vida de idosos dependentes. **Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ, v. 21, n. 1, p. 77-88, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/n4nH53DFx39SRCC3FkHDyzy/>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

GALAVOTE, Heletícia Scabelo. O trabalho do enfermeiro na atenção primária à saúde. **Esc. Anna Nery**. Rio de Janeiro, RJ, v. 20, n. 1, p. 90-98, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/8QsxZbDLnCWVBN6zQVwjbxL>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

GEIB, Lorena Teresinha Consalter. Determinantes sociais da saúde do idoso. **Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ, v. 17, n. 1, p. 123-133, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/fbHvqCDM5Hcx5VKY3SXXXjP/#:~:text=Entre%20os%20idosos%20brasileiros%2C%20Campos%20et%20al.&text=encontraram%20uma%20preval%C3%Aancia%20de%2032,de%20altera%C3%A7%C3%B5es%20do%20estado%20nutricional.>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

GUIMARÃES, Joanna Miguez Nery; CALDAS, Célia Pereira. A influência da atividade física nos quadros depressivos em pessoas idosas: uma revisão sistemática. **Rev. Bras. Epidemiol.** São Paulo, SP, v. 9, n. 4, p. 481-492, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/LphmQycVJ649Vdy8pbdRHRK/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

JÚNIOR, José Patrício Bispo; ALMEIDA, Erika Rodrigues de. Equipes multiprofissionais (eMulti): potencialidades e desafios para a ampliação da atenção primária à saúde no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, [S. l.], v. 39, n. 10, p.1-5, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311XPT120123>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

KANALEY, Jill A *et al.* Exercise/Physical Activity in Individuals with Type 2 Diabetes: A Consensus Statement from the American College of Sports Medicine. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. [S. l.], v. 54, n. 2, p. 353-368, 2022. Disponível em: <<https://journals.lww.com/acsmmsse/pages/articleviewer.aspx?year=2022&issue=02000&article=00018&type=Fulltext>>. Acesso em: 17 abr. 2025.

LEITE, Morganna Luiz *et al.* Atividade física: a importância dessa prática no envelhecimento. **REVISA**. [S. l.], v. 12, n. 1, p. 173-182, 2023. Disponível em:

<<https://rdcsa.emnuvens.com.br/revista/article/view/189>>. Acesso em: 28 de mai. 2025.

LIMA, Rafael de Oliveira *et al.* Competências do profissional de Educação Física na Atenção Primária à Saúde. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, [S. l.], v. 28, n. e0322, p. 1-8, 2024. Disponível em: <<https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/15070>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

LÜDKE, M.; CRUZ, G. B. DA. Contribuições ao debate sobre a pesquisa do professor da educação básica. Formação Docente - Revista Brasileira de Pesquisa sobre Formação de Professores, v. 2, n. 3, p. 86-107, 18 dez. 2010. Disponível em: Disponível em: <https://revformacaodocente.com.br/index.php/rbpf/article/view/20/18> . Acesso em 15 mai. 2025.

MARINHO, Alcyane; SANTOS, Priscila Mari dos. Hábitos e percepções socioambientais na universidade: educação física e fisioterapia em foco. **Rev. Educ. Fis.** Maringá, PR, v. 25, n. 3, p. 365-377, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/refuem/a/hL4Nf48Kbj7MXctKCHywVwG/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; NETO, Turíbio Leite Barros. Atividade Física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Rev. Bras. Med. Esporte**. São Paulo, SP, v. 7, n. 1, p. 2-13, 2001. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/D6gQ8hMqWZdknzYh7jNf8jq>>. Acesso em: 28 de mai. 2025.

MENDES, Eugênio Vilaça. **O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde: o imperativo da consolidação da estratégia da saúde da família**. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2012.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 21ª edição. Petrópolis: Editora Vozes, 2002.

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade da. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 507-519, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1809-98232016019.150140>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

MORAES, Helena *et al.* O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. **Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul.** Porto Alegre, RS, v. 29, n. 1, p. 70-79, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rprs/a/prMmBH7m6Wj7qkYNqRwJH9Q/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

MORETTI, Andrezza Campos *et al.* Práticas Corporais/Atividades Físicas e Políticas Públicas de Promoção da Saúde. **Saúde Soc.** São Paulo, SP, v. 18, n. 2, p. 346-354, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/tSBNXRvnhFbZVbmf8Z7Qx8b/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Práx. Educ.** [S.l.], v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. Disponível em: <<https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/9010>>.

NÓBREGA, Antonio Claudio Lucas da *et al.* Posicionamento Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade Física e Saúde no Idoso. **Rev. Bras. Med. Esporte.**, São Paulo, SP, v. 5, n. 6, p. 207-11, 1999. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-86921999000600002>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

NUNES, Wilma Aparecida; TERZI, Renato Giuseppe Giovanni. Oximetria de Pulso na Avaliação do Transporte de Oxigênio em Pacientes Críticos. **Rev. latino-am. enfermagem.** Ribeirão Preto, SP, v. 7, n. 2, p. 79-85, 1999. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rlae/a/Bz6tJyQbm7Z7ZYP5wM584dy/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

OLIVEIRA, Elaine Machado de; SPIRI, Wilza Carla. Programa Saúde da Família: a experiência de equipe multiprofissional. **Rev. Saúde Pública**. São Paulo, SP, v. 40, n. 4, p. 727-733, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rsp/a/3ZK6hdx7ByGQbJcZwJrLgqm/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

OLIVEIRA, Victor José Machado de; GOMES, Ivan Marcelo. A saúde nos currículos de educação física em uma universidade pública. **Trabalho, Educação e Saúde**. Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 1-17, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tes/a/pGmxdRGD6Zz9dfQNvjMKCgp/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 17 abr. 2025.

PACHECO, Rafael Spiller; BONACELLI, Maria Cecília Lieth Machado. A Atuação do Profissional de Educação Física em Equipes Multidisciplinares da Saúde Pública e Privada. *In: Democracia e Emancipação: Desafios para a Educação Física e Ciências do Esporte na América Latina*, n. 20 e n.7, 2017, Goiânia – GO. Anais. Porto Alegre: Organização de Mauro Myskiw, 2017. Disponível em: <<http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2017/7conice/paper/viewFile/9129/4729>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

PAIVA, Adriana Borges de; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de; HILLESHEIM, Mara Cristina Piolla. Análise de Conteúdo: uma técnica de pesquisa qualitativa. **Revista Prisma**. Rio De Janeiro, v. 2, n. 1, p. 16-33, 2021. Disponível em: <<https://revistaprisma.emnuvens.com.br/prisma/article/view/40>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

PEDUZZI, Marina. Equipe multiprofissional de saúde: conceito e tipologia. **Rev. Saúde Pública**. São Paulo, v. 35, n. 1, p 103-109, 2001. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102001000100016>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

PROJEÇÕES DA POPULAÇÃO. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2024. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

REIS, Edna Afonso; REIS, Ilka Afonso. **Análise descritiva de dados**. 1ª edição. Belo Horizonte: UFMG, 2002.

RONZANI, Telmo Mota; RODRIGUES, Marisa Cosenza. O Psicólogo na Atenção Primária à Saúde: Contribuições, Desafios e Redirecionamentos. **Psicol. Cienc. Prof.** Brasília, DF, v. 26, n. 1, p. 132-143, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/KCnZhJ6DdDwJjqqYZnDr7mp/>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

SÁ, Paulo Henrique Vilela Oliveira de; CURY, Geraldo Cunha; RIBEIRO, Liliane da Consolação Campos Ribeiro. Atividade Física de Idosos e a Promoção à Saúde nas Unidades Básicas. **Trabalho, Educação e Saúde**. Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 545-558, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tes/a/bGfn3BKz3vbPHQRCyPj9q5S/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 17 abr. 2025.

SANTOS, Mariana Cristina Lobato dos *et al.* Suicídio em idosos: um estudo epidemiológico. **Rev. Esc. Enferm.** São Paulo, SP, v. 55, n. e03694, p. 1-9, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/wCrn4qXgdB9cgkJYf5jCZXB/?lang=pt>>. Acesso em: 18 abr. 2025.

SAPORETTI, Gisele Marcolino; MIRANDA, Paulo Sérgio Carneiro; BELISÁRIO; Soraya Almeida. O Profissional de Educação Física e a Promoção da Saúde em Núcleos de Apoio à Saúde da Família. **Trabalho, Educação e Saúde**. Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 523-543, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-7746-sip00113>>. Acesso em: 16 abr. 2025.

SCHRAMME, Thomas. Health as Complete Well-Being: The WHO Definition and Beyond. **Public Health Ethics**. Oxford, v. 13, n. 3, p. 210-218, 2023. Disponível em: <<https://academic.oup.com/phe/article/16/3/210/7232444>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

SOUZA, Elza Maria de; SILVA, Daiane Pereira Pires; BARROS, Alexandre Soares de. Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão bibliográfica integrativa. **Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ, v. 26, n. 4, p. 1355-1368. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/gKNHyg95H4SQgKQ3hxnzNZx/>>. Acesso em: 28 de mai. 2025.

SOUZA, Leonardo Cruz de *et al.* Diagnóstico de demência frontotemporal: recomendações do Departamento Científico de Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento da Academia Brasileira de Neurologia. **Dement Neuropsychol**. São Paulo, v. 16, n. 3, p. 40-52, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/dn/a/W3TnmMDF38b583cQtbVFyFc/?lang=pt>>. Acesso em: 17 abr. 2025.

TRIVIÑOS, Augusto Nivaldo Silva. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**. São Paulo: Atlas, 1987.

TURI, Bruna Camilo *et al.* Caminhada e gastos com saúde em adultos usuários do sistema pública de saúde brasileiro: estudo transversal retrospectivo. **Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ, v. 20, n. 11, p. 3561-3568, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/wnCbVGdLvTgPXgzrLYj9FLm/?lang=pt>>. Acesso em: 19 abr. 2025.

VIEIRA, Leonardo Araújo *et al.* Aconselhamento breve sobre atividade física no Sistema Único de Saúde: uma possibilidade para todos os profissionais de saúde. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**. Uberlândia, MG, v. 46, n. e20240080, p. 1-9, 2024. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbce/a/BYgkj4NhRWPqYtNFsXz4wBL/>>. Acesso em: 19 abr. 2025.