

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE DA FAMÍLIA

ANNE CAROLINA DOS SANTOS VIEIRA

**IMPLANTAÇÃO DE AÇÕES RELACIONADAS À PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS DO PROGRAMA BH CIDADANIA PARA O
PÚBLICO ADULTO NA COMUNIDADE DA PEDREIRA PRADO
LOPES**

BELO HORIZONTE / MG

2014

ANNE CAROLINA DOS SANTOS VIEIRA

**IMPLANTAÇÃO DE AÇÕES RELACIONADAS À PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS DO PROGRAMA BH CIDADANIA PARA O
PÚBLICO ADULTO NA COMUNIDADE DA PEDREIRA PRADO
LOPES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família, Universidade Federal de Minas Gerais, para obtenção do certificado de Especialista.

Orientadora: Sílvia Ribeiro Santos Araújo

BELO HORIZONTE / MG

2014

ANNE CAROLINA DOS SANTOS VIEIRA

**IMPLANTAÇÃO DE AÇÕES RELACIONADAS À PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS DO PROGRAMA BH CIDADANIA PARA O
PÚBLICO ADULTO NA COMUNIDADE DA PEDREIRA PRADO
LOPES**

Banca Examinadora:

Prof^a. Silvia Ribeiro Santos Araújo (orientadora)

Prof^a. Daniela Coelho Zazá (examinadora)

Aprovada em Belo Horizonte 07/06/2014

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a Deus, que me proporcionou sabedoria e saúde para continuar minha jornada de estudos; aos meus pais por serem alicerces e sempre me incentivarem no progresso e na conquista de novos desafios; aos meus irmãos pelo apoio e a todas as pessoas que estiveram presentes acompanhando, incentivando e contribuindo de alguma maneira nesta caminhada.

AGRADECIMENTO

Agradeço a Deus, por me proporcionar sabedoria e me dar força nos momentos de desânimo. À minha família pela paciência e por acreditarem sempre em mim. Aos amigos que souberam ter paciência e deram apoio nos momentos de aflição e a todos aqueles que de alguma maneira contribuíram e apoiaram o desenvolvimento e o progresso dos meus estudos.

EPÍGRAFE

“Não basta querer, você também precisa lutar. Sonhos só se tornam realidade se você batalhar”.

Autor Desconhecido

RESUMO

O sedentarismo é definido como a falta, ausência e/ou diminuição de atividades físicas ou esportivas e está cada vez mais presente na sociedade, independentemente da faixa etária e das camadas sociais. A atividade física surge como meio de promoção de saúde e qualidade de vida, mas apesar do reconhecimento de sua importância como fator de promoção da saúde e de prevenção de doenças, os níveis de prática de atividade física são baixos. Na idade adulta, a assunção de responsabilidades, tais como a formação da família, a criação dos filhos, estabilidade e exercício profissional e independência econômica, podem diminuir o tempo de prática de atividade física, acarretando na maior prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. A Pedreira Prado Lopes possui um público considerável na faixa etária adulta. Apesar de várias entidades da comunidade realizar ações para esta população específica, quando analisadas ações relacionadas à prática de atividade física observa-se um nível baixo. O Programa BH Cidadania é um dos programas realizados na comunidade que possui ações relacionadas a esporte, lazer e atividade física. Entretanto, identifica-se como problema a falta de adesão e ampliação de ações relacionadas à prática de atividade física para o público adulto na Pedreira. Diante disso, este trabalho apresenta um plano de ação, propondo a implantação de ações relacionadas à prática de atividade física para este público da comunidade PPL. Para a viabilização do plano de ação, as parcerias com entidades da comunidade são de extrema importância. O plano de ação irá melhorar o trabalho do Programa BH Cidadania, mas principalmente proporcionará maiores benefícios aos moradores da comunidade da Pedreira Prado Lopes e suas famílias.

Palavras-chave: Atividade Física. Adulto. Programa BH Cidadania.

ABSTRACT

Sedentary lifestyle can be defined as the absence or reduction in the practice of sports or physical activities and is present in ascending order in society, regardless of age or social strata. Physical activity emerges as a form of health promotion and quality of life, but despite the recognition of its importance as a health promotion and disease prevention factor, the practice of physical activities is an uncommon habit. In adulthood, taking on responsibilities such as constitute a family, educating their children, the career and financial independence can reduce the time of physical activity, resulting in a higher prevalence of chronic diseases. The community Pedreira Prado Lopes has a sizeable audience in the adult age group. Despite several community entities undertake actions for this specific population when analyzed actions related to physical activity is observed a low frequency. The BH Cidadania Program is one of the programs conducted in community with actions related to sport, recreation and physical activity. However, some problems are identified in the community such as lack of adherence and actions related to physical activity for adults. Thus, this paper presents an action plan, proposing the implementation of measures related to physical activity for this group in this community in research. For the feasibility of the action plan, partnerships with community organizations are extremely important. The action plan will enhance the work of BH Cidadania Program but mainly provide greater benefits to the inhabitants of the Pedreira Prado Lopes community and their families.

Keywords: Physical Activity. Adult. BH Cidadania Program.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	09
1.1 Justificativa.....	10
1.2 Objetivo.....	11
1.3 Metodologia.....	11
2 MARCO TEÓRICO.....	12
2.1 Adulto.....	12
2.2 Atividade Física.....	13
2.3 Comunidade Pedreira Prado Lopes.....	15
2.4 Programa BH Cidadania.....	20
3 PLANO DE AÇÃO.....	24
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	31
REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

Um processo de intensa urbanização vem acontecendo no Brasil ao longo dos últimos 50 anos, que, aliado ao desenvolvimento econômico, modificou aos poucos a realidade, dando a ela características que influenciam diretamente as condições e qualidade de vida da população. A partir da mudança nas condições de vida, surgiu um novo perfil de doenças e agravos mais comuns à saúde (MORETTI, 2009).

O sedentarismo está cada vez mais presente na sociedade, independentemente da faixa etária e das camadas sociais, e tem se agravado principalmente devido aos avanços tecnológicos. Diante dos confortos propiciados pela sociedade contemporânea, a atividade física deixou de fazer parte da rotina dos indivíduos. De acordo com Samulski e Noce (2000) há a necessidade de se ter hábitos saudáveis como forma de combater os danos causados à saúde, pela forma de vida urbana atual.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2008 apud MICHELIN, CORRENTE, BURINI, 2010), a prática regular de atividade física contribui para a redução do risco de doenças do coração, mortes prematuras, acidente vascular cerebral, alguns tipos de câncer e diabetes tipo II, além de melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e gerar economia nos recursos financeiros com tratamentos médicos. Stephenson *et al.* (2008 apud MICHELIN; CORRENTE; BURINI, 2010) afirma que o aumento de 1% no nível de atividade física da população adulta gera economia de sete milhões de dólares em custos para tratamento de várias doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), o que a torna potencialmente importante na esfera pública.

Em 2006, o Ministério da Saúde apoiou a iniciativa de promoção de programas de atividades físicas nos municípios e estados brasileiros. Além do apoio financeiro, formou parceria com centros colaboradores e estudou a efetividade de programas de atividades físicas nacionalmente destacados em Recife (PE), Curitiba (PR), Vitória (ES), Belo Horizonte (MG) e Aracaju (SE) (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2012).

A Secretaria Municipal de Esporte e Lazer de Belo Horizonte (SMEL-PBH) participa do Programa BH Cidadania, com o propósito de garantir o esporte e o lazer como direito universal, e realiza intervenções regionalizadas, intersetoriais e

com a participação da comunidade, fomentando vínculos sociais e familiares, atendendo a todas as faixas etárias. As ações da SMEL-PBH são desenvolvidas em núcleos do BH Cidadania situados nas nove regiões da cidade (PBH, 2013), e um deles fica situado na comunidade da Pedreira Prado Lopes (PPL), que é a comunidade mais antiga da cidade e está situada na Regional Noroeste, com sua área de uso predominantemente residencial, possuindo poucos espaços direcionados para a prática esportiva e de lazer, sendo a rua o principal espaço de lazer para a população.

Apesar das limitações de espaço, o Programa BH Cidadania PPL busca propiciar atividades para todas as faixas etárias e em vários locais da comunidade. Contudo, suas atividades e adesão direcionadas ao público adulto são baixas. Isso pode ser devido ao horário de atendimento que coincide com o horário comercial, no qual a maioria das pessoas está trabalhando. Além disso, existem problemas de circulação na comunidade, sendo necessário distribuir pontos de atendimento nos espaços da Pedreira.

Diante disso, este trabalho pretende realizar um plano de ação, propondo a implantação de duas ações relacionadas à prática de atividade física (caminhada e ginástica coletiva) para o público adulto da comunidade PPL.

1.1 Justificativa

A Pedreira Prado Lopes é um dos locais mais antigos da cidade, tendo um público considerável na faixa etária adulta sendo importante a implantação de políticas públicas para seus habitantes, buscando garantir a saúde como direito humano e cidadania e ações que consigam atingir este objetivo. O Programa BH Cidadania é um dos programas realizados na comunidade que possui ação direta com a comunidade em conjunto com o CRAS. Busca atender todas as faixas etárias, entretanto o público adulto é pouco contemplado em atividades esportivas e recreativas.

Há um consenso sobre a importância que a atividade física possui na promoção da saúde. Apesar disso, o nível de sedentarismo vem aumentando na população. Dessa maneira, se fazem necessárias ações para este público, garantindo o direito a cidadania e a promoção à saúde.

1.2 Objetivo

Elaborar um plano de ação para propor a implantação de ações relacionadas à prática de atividade física na comunidade da Pedreira Prado Lopes (PPL) para o público adulto.

1.3 Metodologia

Inicialmente foi realizado um diagnóstico situacional com os dados das comunidades e das atividades desenvolvidas, utilizando-se do levantamento e análise de pesquisas e de dados demográficos, epidemiológicos, econômicos e sociais relacionados ao local (comunidade Pedreira Prado Lopes), busca de referências relacionadas à atividade física e análise de relatórios e registros já existentes do Programa BH Cidadania. Houve também entrevistas com responsáveis de entidades e setores importantes para o desenvolvimento de ações na comunidade, além da observação ativa no local.

No diagnóstico situacional foi possível identificar como principal problema na Pedreira a falta de adesão e ampliação de ações relacionadas ao exercício físico para o público adulto na comunidade. Posteriormente foi feita uma revisão de literatura tendo como base revistas relacionadas a atividade física e saúde; sites da Organização Mundial de Saúde, da Prefeitura Municipal de Belo Horizonte e autores referências do tema. Por fim foi elaborado o plano de ação para propor a implantação de ações relacionadas à prática de atividade física na comunidade para esse público.

2 MARCO TEÓRICO

2.1 Adulto

A vida adulta é um longo período da vida, dividido em faixas etárias que variam de acordo com a realidade de cada região e país, iniciando-se aos 19 anos, em alguns países, e estendendo-se até os 65 anos de idade. No Brasil, ao utilizar o Estatuto da Criança e do Adolescente para referenciar o fim da adolescência, a fase adulta se inicia aos 19 anos, e, ao analisar o Estatuto do Idoso para definir a pessoa idosa, verifica-se que a mudança de ciclo ocorre aos 60 anos. Essas fases e as experiências vividas são determinantes para o equilíbrio psíquico, biológico e social do indivíduo (MYOTIN; BORGES, 2012).

O indivíduo no período adulto terá como características pequenas alterações em tamanho que o leva gradualmente a um processo de estabilização ou de nivelamento, cujas mudanças de crescimento são pequenas. A maturidade sexual assume, na idade adulta, o seu ponto máximo; as mudanças na estrutura física e as funções fisiológicas decorrentes das diferenças sexuais são também maximizadas (ARANTES, s/d).

A idade adulta é também caracterizada pela assunção de responsabilidade, tais como a formação da família, a criação dos filhos, estabilidade e exercício profissional e independência econômica. Essas situações podem diminuir o tempo de prática de atividade física, acarretando na maior prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (ARANTES, s/d).

A atividade física tem muito a contribuir para a redução dos níveis desses fatores de risco, aumentando o gasto energético, modificando o metabolismo e causando diversas adaptações orgânicas positivas. Segundo Coelho e Burini (2009) vários estudos epidemiológicos indicam a relação direta entre maiores níveis de atividade física e menores agravos à saúde.

Apesar do reconhecimento da importância da atividade física como fator de promoção da saúde e de prevenção de doenças, os níveis de prática de atividade física são baixos e parecem afetar pessoas de todas as idades. De acordo com os dados do Vigitel, a frequência de atividade física no grupo de adultos brasileiros pesquisados foi de 14,7%, e os homens possuem melhor frequência do que as mulheres. Em Belo Horizonte, os homens possuem 21,2% de adesão a essas

práticas e as mulheres, 15,8% (MYOTIN; BORGES, 2012). Portanto, nessa fase da vida, a prática de atividade física regular é muito importante e deve ser disseminada a toda a população.

2.2 Atividade física

A prática da atividade física tornou-se essencial na vida do cidadão. Independentemente da idade, o que se deseja ter é uma vida física e mental saudável. O exercício físico e o acompanhamento do desenvolvimento do indivíduo geram e inserem o processo de Educação em Saúde em seu cotidiano. Toda essa ação pode contribuir para a manutenção da saúde, alterando assim o modelo de saúde em hospitais e medicamentos (FERREIRA; NAJAR, 2005).

A utilização da atividade física para prevenção de DCNT se mostra efetiva e viável: efetiva uma vez que consegue diminuir os fatores de risco associados ao desenvolvimento dessas doenças e viável devido às condições propícias para execução e diminuição dos gastos públicos com atendimento nos hospitais (CIOLAC; GUIMARÃES, 2004).

Recentemente, foi aprovada no Brasil, a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), incluindo a promoção de atividade física na agenda nacional. A Portaria nº 2608, de 28 de dezembro de 2005, destina recursos a todos os estados da federação para investir em projetos locais de incentivo à atividade física (BRASIL, 2005). Com base na importância da atividade física na saúde do indivíduo, a Política Nacional de Promoção da Saúde propõe ações voltadas para a prática corporal/atividade física no Brasil:

- I – Ações na rede básica de saúde e na comunidade:
- a) mapear e apoiar as ações de práticas corporais/atividade física existentes nos serviços de atenção básica e na Estratégia de Saúde da Família, e inserir naqueles em que não há ações;
 - b) ofertar práticas corporais/atividades físicas, como caminhadas, prescrição de exercícios, práticas lúdicas, esportivas e de lazer, na rede básica de saúde, voltadas tanto para a comunidade como um todo quanto para grupos vulneráveis;
 - c) capacitar os trabalhadores de saúde em conteúdos de promoção à saúde e práticas corporais/atividade física na lógica da educação permanente, incluindo a avaliação como

- parte do processo;
- d) estimular a inclusão de pessoas com deficiências em projetos de práticas corporais/atividades físicas;
 - e) pactuar com os gestores do SUS e outros setores nos três níveis de gestão a importância de ações voltadas para melhorias ambientais, com o objetivo de aumentar os níveis populacionais de atividade física;
 - f) constituir mecanismos de sustentabilidade e continuidade das ações do “Pratique Saúde no SUS” (área física adequada e equipamentos, equipe capacitada, articulação com a rede de atenção);
 - g) incentivar articulações intersetoriais para a melhoria das condições dos espaços públicos para a realização de práticas corporais/atividades físicas (urbanização dos espaços públicos; criação de ciclovias e pistas de caminhadas; segurança, outros).

II – Ações de aconselhamento/divulgação:

- a) organizar os serviços de saúde de forma a desenvolver ações de aconselhamento junto à população sobre os benefícios de estilos de vida saudáveis;
- b) desenvolver campanhas de divulgação, estimulando modos de viver saudáveis e objetivando reduzir fatores de risco para doenças não transmissíveis.

III – Ações de intersetorialidade e mobilização de parceiros:

- a) pactuar com os gestores do SUS e outros setores nos três níveis de gestão a importância de desenvolver ações voltadas para estilos de vida saudáveis, mobilizando recursos existentes;
- b) estimular a formação de redes horizontais de troca de experiências entre municípios;
- c) estimular a inserção e o fortalecimento de ações já existentes no campo das práticas corporais em saúde na comunidade;
- d) resgatar as práticas corporais/atividades físicas de forma regular nas escolas, universidades e demais espaços públicos;
- e) articular parcerias estimulando práticas corporais/atividade física no ambiente de trabalho.

IV – Ações de monitoramento e avaliação:

- a) desenvolver estudos e formular metodologias capazes de produzir evidências e comprovar a efetividade de estratégias de práticas corporais/atividades físicas no controle e na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis;
- b) estimular a articulação com instituições de ensino e pesquisa para monitoramento e avaliação das ações no campo das práticas corporais/atividades físicas;
- c) consolidar a Pesquisa de Saúde dos Escolares (SVS/MS) como forma de monitoramento de práticas corporais/atividade física de adolescentes. (BRASIL, 2006, p.33)

A prática de exercícios físicos e uma alimentação equilibrada são muito importantes para a perda de peso, o controle do diabetes, a redução da pressão arterial, a diminuição do colesterol total e aumento do HDL (o colesterol bom). Além disso, os exercícios ainda melhoram o fluxo sanguíneo para o cérebro, reduzem a ansiedade e o estresse, melhoram o sono e proporcionam uma sensação de bem-estar, melhorando também a autoestima (ARGER, 2010).

É importante trabalhar na prevenção de doenças, obtendo uma população saudável, ao invés de se ter postos de saúde cheios em busca de medicamentos. Deve haver sempre uma preocupação na integridade da saúde do indivíduo.

Para que a atividade física proporcione benefícios para a saúde, a recomendação mais difundida é que os adultos saudáveis pratiquem pelo menos 30 minutos de atividade física de intensidade moderada em pelo menos cinco dias da semana, ou 20 minutos de atividade vigorosa a ser realizada em pelo menos três dias por semana (HASKELL, 2007 apud DUMITH, 2008). De acordo com Howley e Franks (2008, p.21), “o estilo fisicamente ativo aumenta a qualidade de vida. A participação regular em atividades físicas de intensidade moderada diminui o risco de doenças cardíacas, assim como de outras moléstias”.

De acordo com a proposta das cidades saudáveis surgida em Toronto, Canadá, em 1978, algumas cidades brasileiras desenvolveram programas de promoção à atividade física, enfocando o crescimento do nível de atividade física da população e a ampliação do conhecimento sobre os benefícios de sua prática (ADRIANO *et al.*, 2000). Logo, deve-se desenvolver e executar programas sociais, ampliando ações que objetivem a construção de uma atenção à saúde do adulto, a valorização da prática da atividade física para toda a comunidade.

2.3 Comunidade Pedreira Prado Lopes

A vila da Pedreira Prado Lopes (PPL) é formada por duas áreas contíguas, separadas apenas pela Rua Marcazita, sob jurisdição da Secretaria Municipal da Coordenação de Gestão Regional Noroeste, da Prefeitura de Belo Horizonte. A PPL situa-se na extremidade leste da regional Noroeste, próxima ao limite regional Nordeste, definida pela Avenida Antônio Carlos. Os limites da área são as ruas Rodrigues Alves, Pedro Lessa, Guapé, Serra Negra, Marcazita, Popular,

Araribá, João Carvalhais Paiva e avenida José Bonifácio. A vila localiza-se no bairro Santo André, cercada pelos bairros Lagoinha, Concórdia, São Cristóvão, Bom Jesus e Bonfim. Trata-se de uma das regiões mais antigas da cidade de Belo Horizonte.

A história da Pedreira é contada hoje pelos seus descendentes. Os primeiros moradores, que trabalharam nas obras de construção da nova capital, chegaram ao local entre 1900 e 1920 e encontraram algumas casinhas de sapê instaladas. No início de sua existência, a vila não possuía nenhuma infraestrutura. Não havia água, luz, esgoto, calçamentos. As casas ainda não eram de alvenaria, mas de adobe, madeira, latão. As famílias foram crescendo e aumentando a comunidade.

A origem do nome da vila remete à família Prado Lopes, que era proprietária de terrenos nas imediações, e o restante do nome vem da famosa pedreira que existe dentro da vila. No passado, ela foi explorada por uma empresa, servindo de matéria-prima para importantes monumentos de Belo Horizonte. Atualmente, a pedreira está totalmente ocupada por moradias.

Os serviços de água e esgoto na PPL foram concedidos pela Prefeitura à COPASA MG (Companhia de Saneamento de Minas Gerais). Existe rede de distribuição de água em grande parte dos becos. A rede oficial atende a 90% dos moradores, e a avaliação da COPASA é que 10% restantes são abastecidos por ligações clandestinas. Estão previstas melhorias nestes locais, entretanto a COPASA identifica alguns problemas, referindo-se aos ramais de alimentação domiciliar (tubulação que vai do hidrômetro até a residência) que não são enterrados a uma profundidade adequada, devido geralmente à presença de rocha. Dessa forma, ficam muitos expostos e sujeitos a choques mecânicos, além de estar sempre muito próximos das redes coletoras de esgoto, o que é inadequado do ponto de vista sanitário, pois favorece a contaminação.

A grande maioria dos becos e ruas da vila não possui sistema coletor de esgotos convencional. Na década de 1980 (PRODECOM) e início de 1990 (Programa BH 90), foram implantadas as redes na maioria dos becos. Essa rede é do tipo não convencional, pois não contempla os parâmetros técnicos exigidos, pois as declividades, profundidades e dispositivos de limpeza e conservação são inadequados, além de estar situada muito superficialmente e, em muitos casos, recebe água da chuva. O uso indevido para água pluvial e o lançamento frequente de detritos provoca entupimento constantes. Há presença de esgotos a céu aberto,

ocasionados principalmente por problemas com a rede existente (entupimentos, rompimentos, etc.). É comum também o lançamento das águas de lavação de tanque e máquina de lavar no pavimento dos becos, provocando umidade constante que, aliada a pouca insolação, cria mais situações de insalubridade.

As ruas são o ponto de encontro e área de lazer das crianças, visto que a maior parte da vila é de uso privado, em detrimento dos espaços públicos.

Analisando o quadro 1, referente aos aspectos físicos e sociais da PPL, nota-se que há uma população de 8.900 habitantes e que os moradores, em sua maioria, possuem baixa escolaridade.

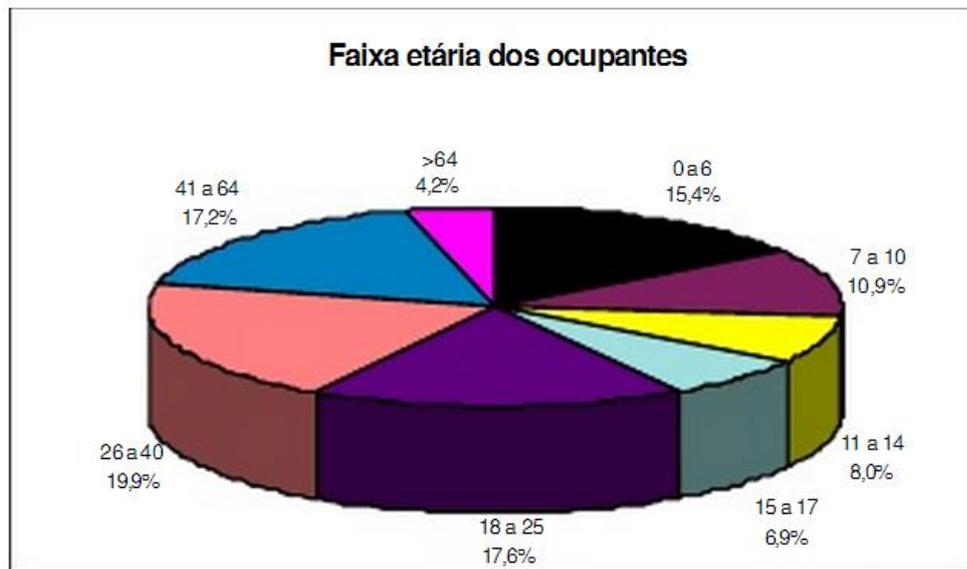
Quadro 1 – Aspectos físicos e sociais da Pedreira Prado Lopes

ASPECTOS FÍSICOS	ASPECTOS SOCIAIS
Área: 141.810 m ²	População: 8.900 hab. (contagem domicílios URBEL, dez/98).
Densidade Bruta: 627 hab./há	Unidades habitacionais: 1.914 unidades (contagem domicílios URBEL, dez/98).
Densidade domiciliar: 4,6 hab./dom	Renda Familiar: 66,1% das famílias tem renda de até 3 salários mínimos.
	Tempo de ocupação: aproximadamente 100 anos (desde 1910).
	Escolaridade: 73,1% possuem primeiro grau; 6,2% possuem segundo grau; 0,7% cursaram supletivo; 0,1% possuem curso superior ou mais e 18,8% não têm escolaridade nenhuma.

Fonte: URBEL - Plano Global Específico Vila Pedreira Prado Lopes / OP 1ª etapa – 1998.

Ao analisar a faixa etária da população da comunidade (gráfico 1), nota-se que mais de 50% dos moradores são da faixa etária adulta. Com isso, deve-se pensar em ações para esse público, ampliando para toda a família.

Gráfico 1 - Faixa etária dos ocupantes da Pedreira Prado Lopes



Fonte: URBEL/PBH, 1998

No quadro 2, pode-se observar as principais causas de mortalidade na regional Noroeste, na qual a Pedreira está inserida. A ocorrência de doenças do aparelho circulatório tiveram um aumento como causadoras de mortalidade do ano de 2007 para 2008, chegando a 30,4%. Nota-se, portanto, que cada vez mais se torna evidente a necessidade de ampliar ações na promoção da saúde e qualidade de vida dos munícipes.

Quadro 2 – Adaptação do quadro Mortalidade proporcional por grupos de causas selecionados (capítulos da CID-10) – Belo Horizonte e Distritos Sanitários, 2000/2008.

DISTRITO SANITÁRIO REGIONAL NOROESTE					
Grupo de Causa (Cap. CID10)	2000	2005	2006	2007	2008*
I Doenças do aparelho circulatório	35,0	28,3	29,0	27,1	30,4
II Neoplasias (tumores)	16,8	17,6	18,2	19,2	18,8
III Doenças do aparelho respiratório	11,4	9,8	9,9	10,2	9,8
IV Causas externas morb. e mort.	9,8	12,5	11,9	12,0	9,2

Fonte: PBH (2013b).

Apesar de a comunidade da Pedreira Prado Lopes ser predominantemente residencial, há serviços comunitários urbanos que prestam atendimento aos moradores da comunidade. São elas:

- Centro de saúde municipal

➤ Associação de moradores (União Prado Lopes, desde a década de 1970)

- Escola profissionalizante (Raimunda da Silva Soares)
- Escolas municipais
- Jardim de infância
- Creche municipal (Unidade Municipal de Educação PPL)
- Campo de futebol
- Igrejas evangélicas
- Igrejas católicas
- Espaço cultural (Espaço Cidadão - inativado)

Também há serviços comunitários no entorno, como:

- Hospital Odilon Behrens
- Escolas municipais
- Escola estadual
- Departamento de Investigação da Polícia Civil
- Outras entidades

A Pedreira possui diversas instituições na área da educação, segurança pública, cultura, saúde, assistência social e área esportiva que realizam iniciativas de trabalho na comunidade. Além dos serviços citados, a comunidade possui vários outros trabalhos e iniciativas de trabalho por parte de igreja, ONGs, Programas da Prefeitura e do estado. Em relação às entidades que realizam ações sociais relacionados ao público adulto, estes grupos se reduzem:

➤ **Centro de Saúde Pedreira Prado Lopes**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: atendimento de saúde de nível básico à população de referência, farmácia, vacina, curativo, atendimento de enfermagem básica, consultas médicas e de enfermagem, saúde mental, odontologia, zoonose.

➤ **Programa Fica Vivo**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: oficinas temáticas de esportes, arte, cultura, dança, música para a faixa etária entre 12 e 24 anos.

➤ **Academia da Cidade (NASF)**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: atividade física para adulto e 3ª idade para a promoção à saúde.

➤ **Escola Profissionalizante Raimunda da Silva Soares**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: cursos profissionalizantes, em especial na área de beleza, culinária e informática.

➤ **Escolas Municipais da Comunidade – Educação de Jovens e Adultos (EJA)**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: EJA é uma modalidade da educação básica destinada aos jovens e adultos que não tiveram acesso ou não concluíram os estudos no ensino fundamental e no ensino médio.

➤ **Programa BH Cidadania/CRAS PPL (Centro de Referência de Assistência Social)**

Serviços/atendimentos prestados pela entidade: serviço de caráter preventivo da política municipal de assistência social, com a finalidade de contribuir para inclusão e promoção social através do fortalecimento dos vínculos familiares, comunitários e sociais. Orientação, acompanhamento, encaminhamento para rede de serviços sociais, oficinas para a comunidade.

Dessa forma, é importante a atuação integrada dos agentes públicos de políticas sociais com a comunidade local da Pedreira, assegurando a formulação e implantação de ações e garantindo a melhoria na qualidade de vida dos moradores.

2.4 Programa BH Cidadania

O Centro de Referência de Assistência Social Pedreira Prado Lopes (CRAS PPL) foi implantado em fevereiro de 2006, tendo como área inicial de abrangência 1.535 famílias. É um dos serviços que compõe a atuação do BH Cidadania e, nesse contexto, busca atuar de forma intersetorial e integrada com os outros serviços locais.

Implantado a partir do novo modelo proposto para a Política de Assistência Social nas três esferas de governo, em Belo Horizonte o trabalho desenvolvido pelo Centro de Referência da Assistência Social aponta para os desafios e potencialidades da intervenção do grupo familiar e comunitário.

A constatação de que as políticas que atendem a segmentos focalizados se esgotaram e não se mostraram capazes de compreender e atender à complexidade das relações familiares frente às vulnerabilidades por elas vividas; torna-se pauta para a tentativa de implementação de um serviço que demonstre objetivamente a consideração da família como centro no processo de construção das políticas públicas.

Neste município, a Política Municipal de Assistência Social referenciada no Sistema Único de Assistência Social (SUAS) define os serviços, tendo como matrizes estruturantes a família, a participação social e a complementariedade da rede de serviços, organizada com base no território onde moram os beneficiários; daí a importância do trabalho para fortalecer os vínculos comunitários.

O Programa BH Cidadania é um dos programas realizados na comunidade, possuindo ação direta com a comunidade, em conjunto com o CRAS. Foi criado em julho de 2002, sendo implantado nas nove regionais do município de Belo Horizonte, em locais caracterizados como áreas de grande vulnerabilidade social e identificados por diversos indicadores sociais, gerando o Mapa de Áreas Prioritárias para Inclusão Social (PBH, 2013).

O programa foi estruturado a partir dos princípios de descentralização, intersetorialidade, territorialidade e participação cidadã, tendo como objetivo promover a inclusão social e o pleno exercício da cidadania, atuando para garantir o acesso da população residente em áreas de maior vulnerabilidade social aos bens e serviços públicos. Ele envolve diversos setores da Prefeitura, tendo como foco principal a família (PBH, 2013).

O Programa BH Cidadania é conceitualizado, segundo os documentos oficiais do Município, como:

Um programa de inclusão social que busca garantir maior resolutividade e acessibilidade dos bens e serviços públicos à população vulnerabilizada. Busca implementar um modelo de gestão baseado na descentralização, articulação e integração intersetorial e inverter a lógica setorial fragmentada de

operação dos diversos programas da área social da Prefeitura de Belo Horizonte (PBH/SMPS, Relatório conceitual do Programa BH Cidadania, 2004).

O BH Cidadania não concentra suas atividades em uma única esfera de atuação. Seu objeto central é integração de programas, projetos e ações de competência de diversas políticas públicas desenvolvidas pela Prefeitura em regiões carentes da capital, racionalizando o trabalho das equipes e os custos, permitindo, assim, um aumento do número de pessoas beneficiadas, com iniciativas eficazes.

O Programa integra as ações das Secretarias Adjuntas de Assistência Social, Abastecimento, Esportes, Direitos de Cidadania, Secretarias Municipais de Educação e Saúde, Fundação Municipal de Cultura e PRODABEL (MOURÃO, 2011).

Na área de esportes, é realizado um trabalho de planejamento, idealização e execução de eventos, programas e atividades de lazer (oficinas de esportes, eventos, atividades para a 3ª idade, caminhada, ginástica) na comunidade, tendo como objetivo a prevenção e a promoção da saúde por meio da prática da atividade física.

O princípio que rege o Programa é a integração das ações das secretarias da PBH, priorizando a família, sendo realizada por meio de reuniões e trabalho intersetorial com outras secretarias e entidades da comunidade. Buscando melhorias a toda comunidade, o Programa BH Cidadania tenta atender todas as faixas etárias.

O quadro 3 informa as ações existentes no Programa BH Cidadania do núcleo PPL no ano de 2012.

Quadro 3 – Atividades de Esporte e Lazer BH Cidadania PPL 2º semestre/2012

IDENTIFICAÇÃO	PARCERIAS	LOCAL/DIA/HORÁRIO	CAPAC. ATEND.
Até 6 anos Esporte Esperança / BH Cid. / UMEI	SMEL / GERPER / CRAS PPL / Escola Maria da Glória Lommez	E.M.Mª.G.L. 6ª. feira 8h40 às 10h10	45
4-5 anos Esporte Esperança / BH Cid. / UMEI	SMEL / GERPER / CRAS PPL / UMEI PPL	UMEI PPL 3ª. feira 9h30 às 10h40h	40
15-17 anos E. Esperança / Projovem – Núcleo CRAS PPL	SMEL / CRAS PPL / Associação São Tiago	CRAS 6ª. feira 13 às 17h	50

9-17 anos E. Esperança / Escolinha de Atletismo – Atletismo Itinerante	SMEL / GERPS / GERPER / CRAS PPL / UMEI PPL / Escolas da comunidade	Atividade mensal – período da manhã e da tarde	Turmas de 30
Idosos Vida Ativa / BH Cid. – Grupo Pedreirense	SMEL / GERPER / CRAS PPL / Grupo Espírita O Consolador	CRAS PPL 2ª. feira – 14 às 16h 5ª. feira – 15h30 às 16h30	40
Idosos Vida Ativa / BH Cid. – Grupo Bom Jesus	SMEL / GERPER / CRAS PPL / Associação do Bom Jesus	Salão da Igreja Bom Jesus 3ª. feira 14 às 16h	30
Mulheres – Grupo de Convivência / BH Cid. – Opção Bem Estar	SEML / GERPS / GERPER / CRAS PPL	CRAS PPL 4ª feira 08h30 às 09h Atendimento quinzenal	25
Crianças, adolescentes E. Esperança / Campinho PPL	SMEL / GERPS / GERPER / CRAS PPL	Campinho PPL 4ª. e 6ª. feira 14h às 15h20 15h20 às 17h	50
Recrear	SMEL / GERPS / GERPER / CRAS PPL e outras parcerias	Todas as idades Locais variados na comunidade	#

Fonte: Autoria própria (2012)

Observa-se que as atividades para o público adulto são escassas. Nos atendimentos relacionados aos idosos, atendem-se algumas pessoas adultas que estão se aproximando da faixa etária do idoso. Mesmo assim, atende-se um número pequeno de pessoas na faixa etária adulta. Isso também pode ser comprovado no quadro 4, que mostra o número de atendidos por mês de acordo com a atividade realizada. A atividade direcionada especificamente ao público adulto (Caminhada Orientada) atendeu apenas 155 pessoas no ano, uma quantidade considerada baixa. As atividades direcionadas ao público idoso possui um valor considerável de adeptos, e este grupo é bastante sólido, não tendo grandes oscilações e saídas de membros.

O público adulto é pouco contemplado nos atendimentos do Programa BH Cidadania, e é necessário maior planejamento e ações para este público. Isso pode ser devido ao horário de atendimento que coincide com o horário comercial, dificultando a participação, mas em eventos, este grupo é beneficiado. Vale destacar que já houve várias ações diferentes realizadas para a faixa etária adulta, e por falta de adesão da própria comunidade tiveram que ser paralisadas. Com isso, é

necessário repensar e buscar atividades diferenciadas, de acordo com a necessidade da comunidade, para que haja quórum nas ações a serem desenvolvidas.

Quadro 4 - Número de atendidos do Programa BH Cidadania Esportes, Núcleo PPL, no ano de 2011

Mês /2011	E.M.Mª da Glória Lommez	UMEI	Projovem	3ª idade PPL	3ª idade B.J.	Caminhada Orientada	Atletismo Itinerante	Quadra Bom Jesus	Eventos/Apoio
Dezembro	40	30	05	45	24	07	#	#	300
Novembro	39	32	17	42	20	13	#	#	180
Outubro	38	35	32	41	23	10	349	#	55
Setembro	34	32	34	40	25	12	#	#	72
Agosto	32	29	48	42	25	15	#	#	#
Julho	20	24	30	38	22	08	#	#	98 580 (BH Férias)
Junho	41	35	35	40	32	12	#	#	20
Maio	39	35	40	45	27	16	#	02	134
Abril	43	40	42	47	20	16	#	02	145
Março	42	34	30	43	20	15	#	03	98
Fevereiro	#	#	26	35	22	15	#	03	85
Janeiro	#	#	#	#	#	#	#	#	304

Fonte: Autoria própria (2012)

3 PLANO DE AÇÃO

A partir da análise dos dados e informações levantadas sobre a comunidade e as atividades realizadas, identificou-se como “problema-chave” a falta de adesão e ampliação de ações relacionadas ao exercício físico para o público adulto na Pedreira Prado Lopes. Diante disso, propõe-se elaborar um plano de ação para intervenção diante do problema diagnosticado.

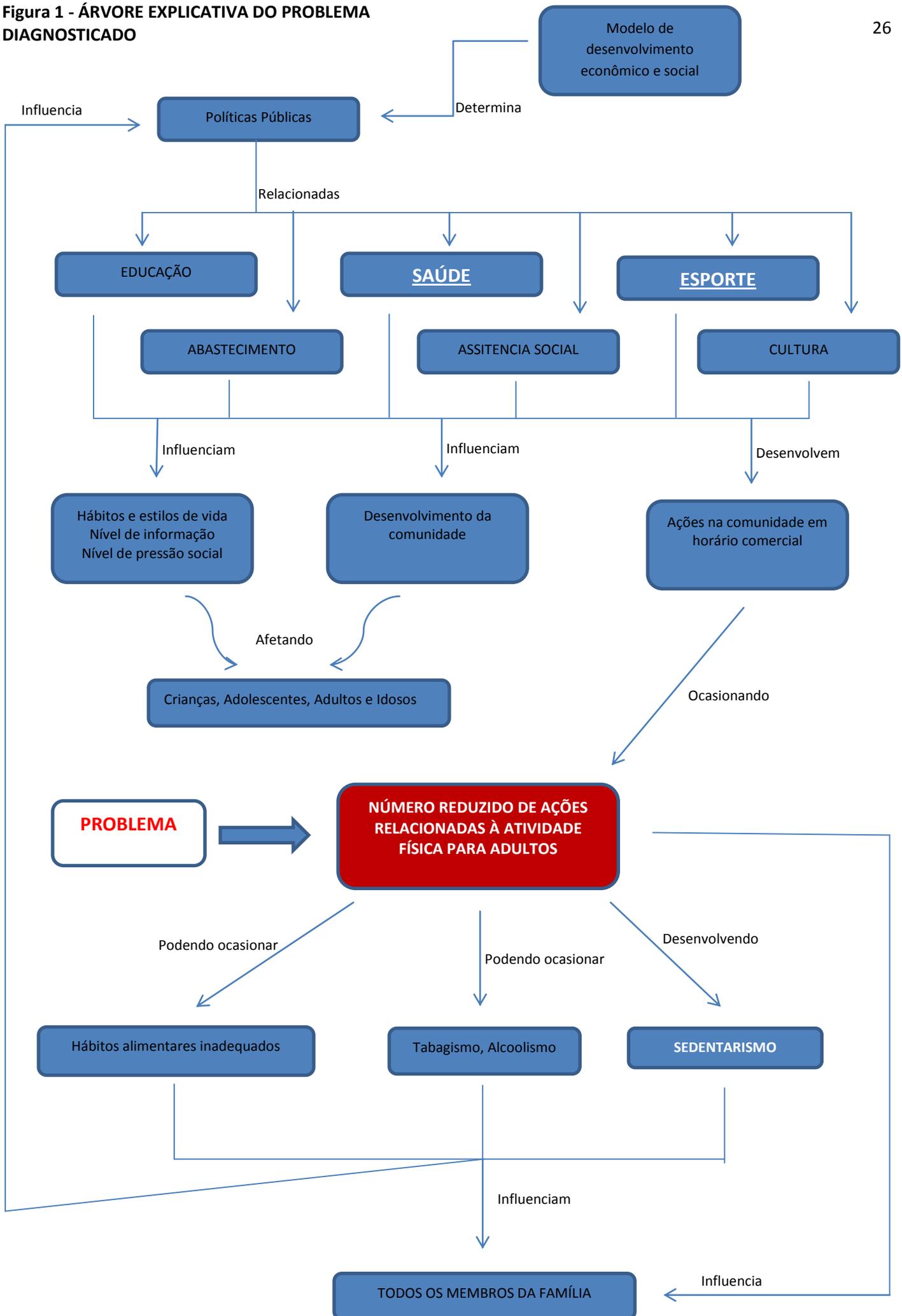
A Pedreira Prado Lopes possui um público considerável na faixa etária adulta, e apesar de várias entidades da comunidade realizar ações para essa população específica, quando analisado ações relacionadas à prática de atividade física, observa-se um nível baixo.

Nas atividades do Programa BH Cidadania, o público adulto é pouco contemplado. Além disso, é necessário buscar atividades mais atrativas e de interesse dos moradores da comunidade, obtendo maior adesão nas ações propostas.

Diante de problemas relacionados à circulação na comunidade, devido a conflitos de áreas, também se faz necessário distribuir pontos de atendimento nos espaços da Pedreira. Identifica-se, portanto, como problema a falta de adesão e ampliação de ações relacionadas à prática de atividade física para o público adulto na comunidade.

Conforme a figura 1 – árvore explicativa do problema diagnosticado, observa-se a importância de políticas públicas de diversos setores realizando ações na comunidade, diminuindo assim problemas como sedentarismo, hábitos de vida inadequados, tabagismo, que podem afetar toda a família.

Figura 1 - ÁRVORE EXPLICATIVA DO PROBLEMA DIAGNOSTICADO



Há várias causas para o problema principal diagnosticado, caracterizadas como nós críticos, que podem sofrer ações diretas, impactando sobre o problema para minimizá-lo. Ao analisar os nós críticos, é possível ter maior clareza para planejar operações, soluções, estratégias sobre como enfrentá-los. De acordo com o quadro 5, observa-se as principais causas para a falta de adesão e ampliação de ações relacionadas ao exercício físico para o público adulto, bem como a estratégia de ação sobre estes fatores, os resultados esperados, produtos esperados e recursos necessários para execução destas operações.

Pode-se observar que foram elencados quatro nós críticos: Estrutura das atividades (horário, local, modalidade), sobreposição de programas/ações de entidades, falta de articulação/parcerias com outros setores/entidades da comunidade e divulgação das ações desenvolvidas. Para esses nós críticos foram propostas/operações, buscando superar estes problemas. Entretanto, para que estas estratégias sejam viabilizadas, é necessário realizar o levantamento dos recursos críticos, isto é, aqueles indispensáveis para execução da operação.

Quadro 5 – Desenho dos nós críticos para o problema de falta de adesão e ampliação de ações relacionadas ao exercício físico para o público adulto

Nós Críticos	Operação/Projeto	Resultados Esperados	Produtos Esperados	Recursos Necessários
Estrutura das atividades (horário, local, modalidade).	<ul style="list-style-type: none"> - Ampliar as ações em diversos pontos da comunidade. - Implantar ações antes e/ou após o horário comercial. - Diversificar as ações para o público adulto. - Aumentar o número de adeptos à prática da atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento do número de atendidos, tendo a presença de 80% da capacidade total do atendimento. - Aumentar o número de modalidades das atividades disponíveis ao público adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Análise de locais possíveis para implantação de ações. - Implantação de “polos” de atividade física. - Implantar atividades como dança, caminhada, ginástica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pesquisa sobre espaços disponíveis e adequados para implantação de ações. - Locais para execução de ação e/ou guarda dos materiais. - Aquisição de equipamentos para execução das ações. - Articulação entre setores. - Organização da agenda de

				atendimento. - Mobilização do público.
Sobreposição de programas/ações de entidades.	<ul style="list-style-type: none"> - Melhorar a comunicação entre os setores e entidades existentes. - Ampliar as possibilidades de participação do público adulto à prática de atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior articulação entre os setores e entidades da comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mapeamento das ações existentes na comunidade, o local e o horário das atividades. - Programas de atividades físicas em horários diferentes. - Ações integradas com outras entidades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Articulação entre setores. - Organização da agenda de atendimento. - Conhecimento do território e suas entidades. - Estratégia de comunicação e articulação. - Recursos didáticos para o mapeamento das ações.
Falta de articulação/parcerias com outros setores/entidades da comunidade.	<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar a oferta de ações relacionadas à atividade física ao público adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento de ações intersetoriais na comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Projeto de articulação com os Centros de Saúde e Academia da Cidade. - Divulgação das ações existentes. - Trabalho intersetorial. 	<ul style="list-style-type: none"> - Elaboração de projeto de parceria. - Articulação entre setores. - Estratégia de comunicação e informação. - Conhecimento das entidades existentes na comunidade. - Locais para execução de ação e/ou guarda dos materiais. - Aquisição de equipamentos para execução das ações.

Divulgação das ações desenvolvidas.	- Aumentar o nível de informação sobre as ações executadas na comunidade.	- População mais informada sobre os serviços ofertados na comunidade.	- Evento de mobilização - Materiais de divulgação (folder, cartaz). - Mobilização “corpo a corpo”. - Trabalho intersetorial.	- Recursos para produção de materiais informativos. - Articulação entre setores. - Estratégia de comunicação e informação. - Mobilização social.
-------------------------------------	---	---	---	---

Fonte: Autoria própria (2014)

O quadro 6 identifica que será necessário recurso financeiro para realizar operação de apenas um nó crítico (Divulgação das ações desenvolvidas). As demais causas do problema diagnosticado necessitam de acesso a dados, espaços na comunidade, sendo a articulação intersetorial o principal fator para viabilização das operações.

Quadro 6 – Recursos Críticos para o desenvolvimento de estratégias para o enfrentamento dos nós críticos

Nós Críticos	Recursos Críticos
Estrutura das atividades (horário, local, modalidade).	- Acesso e circulação na comunidade, dependendo do horário estabelecido para execução da atividade.
Sobreposição de programas/ações de entidades.	- Articulação intersetorial. - Disponibilidade e acesso dos dados de outras entidades.
Falta de articulação/parcerias com outros setores/entidades da comunidade.	- Acesso a alguns espaços (espaços de entidades que realizam atividades na comunidade). - Articulação intersetorial e aceitação de parcerias.
Divulgação das ações desenvolvidas.	- Recursos financeiros para produção dos materiais informativos.

Fonte: Autoria própria (2014)

Para a execução de alguns projetos o ator que está planejando não possui controle de todos os recursos. Dessa maneira, é necessário identificar quem controla os recursos; qual a sua motivação e quais as estratégias para motivar os atores a viabilizar o projeto, conforme quadro 7.

Quadro 7 – Proposta de ações para motivação dos atores.

Operações/Projetos	Recursos Críticos	Atores que controla	Motivação	Ações Estratégicas
<ul style="list-style-type: none"> - Ampliar as ações em diversos pontos da comunidade. - Implantar ações antes e/ou após o horário comercial. - Diversificar as ações para o público adulto. - Aumentar o número de adeptos à prática da atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Acesso e circulação na comunidade, dependendo do horário estabelecido para execução da atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipe de trabalho - Moradores da comunidade - Entidades Parceiras 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorável - Indiferente - Algumas instituições são favoráveis e outras indiferentes 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividades diferenciadas e atrativas para a população - Apresentação do projeto - Apoio das associações
<ul style="list-style-type: none"> - Melhorar a comunicação entre os setores e entidades existentes. - Ampliar as possibilidades de participação do público adulto à prática de atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Articulação intersetorial. - Disponibilidade e acesso dos dados de outras entidades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipe de trabalho - Entidades Parceiras 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorável - Algumas instituições são favoráveis e outras indiferentes 	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentação do projeto - Apoio das associações
<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar a oferta de ações relacionadas à atividade física ao público adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Acesso a alguns espaços (espaços de entidades que realizam atividades na comunidade). - Articulação intersetorial e aceitação de parcerias. 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipe de trabalho - Entidades Parceiras 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorável - Algumas instituições são favoráveis e outras indiferentes 	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentação do projeto - Apoio das associações
<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar o nível de informação sobre as ações executadas na comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Recursos financeiros para produção dos materiais informativos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gerência do Programa BH Cidadania 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorável 	

Fonte: Autoria própria (2014)

Além de se levantar os atores que influenciam diretamente os recursos para a execução das operações e sua motivação, faz-se necessário definir quem será o responsável pela execução das operações e qual será o prazo para sua viabilização, conforme quadro 8. Essa definição faz com que o indivíduo seja responsabilizado por garantir que as ações sejam realizadas de maneira eficaz e coerente, cumprindo os prazos estabelecidos, sem prejudicar o andamento do

projeto como um todo. Apesar de haver o nome do responsável, isso não quer dizer que ele realizará as ações sozinho: outras pessoas poderão executar as tarefas, entretanto este responsável as gerenciará.

Após a responsabilização das ações a serem executadas, o coordenador do plano de ação realizará seu monitoramento/gestão e irá executar reuniões semanais com a equipe de trabalho, buscando acompanhar a execução das operações, além de realizar a análise das dificuldades no decorrer do processo. Os responsáveis por cada operação farão relatórios sobre os encaminhamentos e resultados das ações. Apesar de cada pessoa ser responsável por sua operação, a reunião será realizada em conjunto, para que toda a equipe possa opinar e sugerir melhorias no processo de execução do plano de ação, e a coordenação geral realizará uma planilha de análise do plano de ação como um todo. O monitoramento e avaliação do plano de ação serão feitos por análise de relatórios, bem como avaliação com entidades parceiras e população atendida.

Quadro 8 – Plano Operativo

Operações	Resultados	Proendemias e endemias adultas	Ações Estratégicas	Responsáveis	Prazo
<ul style="list-style-type: none"> - Ampliar as ações em diversos pontos da comunidade. - Implantar ações antes e/ou após o horário comercial. - Diversificar as ações para o público adulto. - Aumentar o número de adeptos à prática da atividade física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento do número de atendidos, tendo a presença de 80% da capacidade total do atendimento. - Aumentar o número de modalidades das atividades disponíveis ao público adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Implantar duas ações de atividade física em pontos diferente na comunidade. - Mobilização da comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Atividades diferenciadas e atrativas para a população - Apresentação do projeto Apoio das associações 	Anne e Adriana	<ul style="list-style-type: none"> - 5 meses para início das atividades - Início em 1 mês.
<ul style="list-style-type: none"> - Melhorar a comunicação entre os setores e entidades existentes. - Ampliar as possibilidades de participação do público adulto à prática de 	<ul style="list-style-type: none"> - Maior articulação entre os setores e entidades da comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Levantament o dos setores e entidades existentes na comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Apresentação do projeto Apoio das associações 	Anne e Claudemir	<ul style="list-style-type: none"> Início em 1 mês e término em 3 meses.

atividade física.					
- Aumentar a oferta de ações relacionadas à atividade física ao público adulto.	- Aumento de ações intersetoriais na comunidade.	- Aumento de atividades relacionadas à prática de atividade física.	- Apresentação do projeto Apoio das associações	Anne e Adriana	- 5 meses para iniciar as atividades .
- Aumentar o nível de informação sobre as ações executadas na comunidade.	- População mais informada sobre os serviços ofertados na comunidade.	- Evento de mobilização - Divulgação das ações realizadas na comunidade por meio de cartazes, panfletos e boca a boca.		Janderson	- 3 meses antes para execução do evento. - Início em 1 mês.

Fonte: Autoria própria (2014)

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante executar ações para obter um estilo fisicamente ativo, aumentando a qualidade de vida e promovendo a saúde, atendendo o público adulto, conscientizando-o sobre a importância da prática da atividade física e do auxílio para a saúde, e assim esse indivíduo será disseminador de informações e de hábitos de vida saudáveis para todos os integrantes de sua família, amigos e comunidade.

A Pedreira Prado Lopes possui um número considerável de pessoas na faixa etária adulta, e essas devem ter oportunidade da prática da atividade física, mas as atividades propostas para esse público adulto devem ser realizadas fora do horário comercial, contemplando grande parte do público que trabalha e devem ser coerentes com a necessidade dos munícipes da comunidade, para que haja adesão das atividades.

Para viabilização do plano de ação, as parcerias com entidades da comunidade são de extrema importância. O projeto visa buscar parceria com o posto de saúde da comunidade e demais órgãos, para que possam ter o auxílio na execução de determinadas ações, bem como direcionamento para o atendimento e integração nos encontros dos grupos de risco, caso haja necessidade.

O trabalho da equipe do Programa BH Cidadania para viabilização do projeto de ação deverá ser sistematizado e conciso, fazendo com que as operações sejam realizadas dentro do prazo estabelecido, alcançando assim o objetivo principal. O monitoramento e avaliação do projeto devem ser constantes, analisando se o mesmo está coerente com o proposto e se os objetivos estão sendo alcançados de maneira satisfatória.

O plano de ação melhorará o trabalho do Programa BH Cidadania, mas principalmente proporcionará maiores benefícios aos moradores da comunidade da Pedreira Prado Lopes e suas famílias.

REFERÊNCIAS

- ADRIANO, J. R. *et al.* A construção de cidades saudáveis: uma estratégia viável para a melhoria da qualidade de vida. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.5, n.1, p.53-62, 2000.
- ARANTES, A. C. A Educação Física na idade adulta. **Tese de Mestrado**. FEUSP, s/d.
- ARGER, M. E. **As Academias da Cidade**. Doutor, me Explica? Desenvolvido por Blue Box. Apresenta artigos, publicações, informações e dúvidas sobre saúde. Disponível em: <<http://bluelogs.net/drexplica/artigos/as-academias-da-cidade/>>. Acesso em: 15 ago. 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **A vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis**: DCNT no contexto do Sistema Único de Saúde brasileiro / Brasil. Ministério da Saúde – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.
- CIOLAC, E. G., GUIMARÃES, G. V. Exercício físico e síndrome metabólica. **Revista Brasileira Medicina do Esporte**, v.10, n.4, 2004.
- COELHO, C.F.; BURINI, R.C. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. **Revista de Nutrição**, v.22, n.6, p.937-946, 2009.
- FERREIRA, M. S.; NAJAR, A. L. Programas e campanhas de promoção da atividade física. **Ciência e saúde coletiva**. v.10 supl.0. Rio de Janeiro set./dez. 2005.
- HASKELL, W. L.; LEE I. M.; PATE R. R.; POWELL K. E. *et al.* Physical Activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation* 2007 116 (9): 1081 apud DUMITH, S. C. Proposta de um modelo teórico para a adoção da prática de atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.13, n.2, 2008.
- HOWLEY, E. T.; FRANKS, B. D. **Manual de Condicionamento Físico**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- MORETTI, A. C. Práticas corporais/atividade física e políticas públicas de promoção à saúde. **Saúde e Sociedade**. São Paulo, v.18, n.2, p.346-354, 2009.
- MOURÃO, M. A. PASSOS, A. D.; FARIA, C. A. **O Programa BH Cidadania: teoria e intersectorialidade**. Belo Horizonte: Unika, 2011.
- MYOTIN, E.; BORGES, K. E. **Educação Física: atenção à saúde do adulto**. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2012.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Determinantes Sociais e Riscos para a Saúde, Doenças Crônicas não transmissíveis e Saúde Mental**. Disponível

em:<http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=1298&catid=845:bra-03-b-noticias&Itemid=777>. Acesso em: ago/2012.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Physical activity. Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/media/en/gsfpa.pdf>. Acessado em 23 jul. 2008 apud MICHELIN, E.; CORRENTE, J. E.; BURINI, R. C. Associação dos níveis de atividade física com indicadores socioeconômicos, de obesidade e de aptidão física em adultos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.15, n.1, 2010.

PREFEITURA DE BELO HORIZONTE. **Programa BH Cidadania**. Disponível em: <http://portalpbh.pbh.gov.br/pbh/ecp/comunidade.do?evento=portlet&pldPlc=ecpTaxonomiaMenuPortal&app=esportes&tax=9906&lang=pt_br&pg=5760&taxp=0>. Acesso em: 01 out. 2013.

PREFEITURA DE BELO HORIZONTE. **Saúde**. Disponível em: <http://portalpbh.pbh.gov.br/pbh/ecp/contents.do?evento=conteudo&idConteudo=38934&chPlc=38934&termos=Tuberculose>. Acesso em: out 2013B.

PREFEITURA DE BELO HORIZONTE. SECRETARIA MUNICIPAL DE COORDENAÇÃO DA POLÍTICA SOCIAL. **Pensar BH**, Política Social. Edição Temática, n.2. fev/abr2002.

SAMULSKI, D. M. NOCE, F. A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: um estudo entre professores, alunos e funcionários da UFMG. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.5, n.1, 2000.

STEPHENSON *et al.* The costs of illness attributable to physical inactivity in Australia. Canberra, Australian Commonwealth of Australia Department of Health and Age Care and the Australian Sports Commission, 2000. Apud MICHELIN, E.; CORRENTE, J. E.; BURINI, R. C. Associação dos níveis de atividade física com indicadores socioeconômicos, de obesidade e de aptidão física em adultos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.15, n.1, 2010.

URBEL. **PLANO GLOBAL ESPECÍFICO**: Vila Pedreira Prado Lopes Belo Horizonte. 1ª Etapa. 1998.