

PROJETO COMVIVER

Mariza Aparecida Alves Araujo ARAUJO (Unileste); Kissila Barcelos CORRÊA (Unileste); Amanda Rodrigues ASSIS (Unileste); Giselle MAIA (Unileste); Axilei Amancio SILVA (Unileste); Jade Fonseca REZENDE (Unileste); Renata Ferreira RAMOS (Unileste); Thaina Batista MELO (Unileste)

Introdução: O aumento de pessoas com doença crônica e o desenvolvimento de novos tratamentos e tecnologias que permitem conviver com estas doenças por períodos de tempo longos, tornaram a necessidade de melhorar a qualidade de vida dos indivíduos que sofrem deste tipo de doença em especial diabéticos e hipertensos. O projeto ComViver, criado em 2004, surgiu da necessidade de oferecer uma abordagem fisioterapêutica específica ao público diabético e hipertenso, tornando-se um espaço privilegiado para o meio acadêmico possibilitando a formação do profissional e oferecendo ao público atividades que promovam qualidade de vida. **Objetivo:** Oferecer à comunidade um programa de exercício físico com orientação segura, de forma gratuita, realizando uma ação de promoção de saúde, aproximando os alunos da realidade da comunidade.

Metodologia: As atividades acontecem no Campus III do Unileste, duas vezes por semana, com duração de uma hora por dia. Todos os convidados são submetidos a uma avaliação fisioterapêutica mediante os resultados os participantes são inseridos no projeto. Todos os alunos trabalham em equipe ficando responsáveis pela criação e organização do atendimento. As condutas são previamente discutidas com o professor responsável e as atividades realizadas são monitoradas e constam da aplicação de protocolos que envolvem circuitos de propriocepção, coordenação motora, equilíbrio, atividades de força e condicionamento físico. **Resultados:** Vários testes são realizados como teste de caminhada de seis minutos, avaliação da funcionalidade através da medida de independência funcional. E serão realizados testes de dosagem de lactato e manovacuômetro. Dos testes já realizados foi identificado que o grupo não apresentou perda referente a funcionalidade, mas uma queixa foi evidenciada pela grande maioria referente a falhas de memória. Com relação ao teste de caminhada de seis minutos os participantes tiveram um excelente desempenho atingindo distâncias dentro ou muito próximas ao previsto. **Conclusão:** Um programa de atividade física contínuo e orientado como acontece no projeto ComViver tem auxiliado os participantes a manterem-se funcionais, com preservação da capacidade física, mesmo diante das doenças crônicas, amenizando as complicações e promovendo qualidade de vida a esses indivíduos.

Palavras-chave: Diabetes mellitus . Hipertensão arterial . Fisioterapia .

Agências de fomento: Unileste