

PROJETO COMVIVER

Mariza Aparecida ALVES (Unileste); Giselle Carvalho MAIA (Unileste)

Introdução: O número de diabéticos em todo o mundo vem crescendo significativamente, atingindo atualmente cerca de 135 milhões de pessoas, e, em 2025, a estimativa é de 300 milhões. Neste contexto, um número cada vez maior de indivíduos com essas afecções tende a compor a clientela dos serviços de saúde. 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 extremamente longos, senão mesmo toda a vida tornou premente a necessidade de melhorar a qualidade de vida dos indivíduos que sofrem deste tipo de doença. **Objetivo:** Intervenção fisioterapêutica aos portadores de diabetes mellitus através de um programa de exercício físico, oferecendo uma melhora cardiorrespiratória, do condicionamento físico, do controle glicêmico, dos níveis da pressão arterial, da funcionalidade e socialização e, conseqüentemente, da qualidade de vida, além da orientação e educação em saúde. **Metodologia:** Os pacientes são convidados a participar do projeto e são submetidos a uma avaliação fisioterapêutica, incluindo um teste de esforço subjetivo chamado Teste de Caminhada de Seis Minutos. As atividades acontecem em grupo no Campus III do Unileste, duas vezes por semana, uma hora por dia. Os alunos inseridos são divididos em equipes que ficam responsáveis pela criação e organização do atendimento. Os objetivos das condutas propostas são elaborados e discutidos previamente com esses alunos, criando um cronograma de atividades a serem executadas por cada equipe. A cada semestre, os pacientes são reavaliados. **Resultados:** O projeto permite aos alunos vivenciar na prática, através do contato com o paciente, os conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula. Oferece aos pacientes a oportunidade de estarem inseridos em um programa de exercício físico com orientação segura e de forma gratuita. Observa-se melhora do condicionamento físico, avaliado através do Teste de Caminhada de Seis Minutos, da força muscular, do equilíbrio, da propriocepção e da qualidade de vida dos pacientes. Além de se tornar um campo possível para realização de pesquisas e trabalhos de conclusão de curso. **Conclusão:** Conclui-se que o Projeto ComViver permite aos alunos o contato com os pacientes, associando os conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula com a prática. Além disso, os pacientes apresentam uma redução das comorbidades adquiridas pelas doenças crônico-degenerativas e uma melhora significativa da qualidade de vida.

Palavras-chave: Atividade física. Fisioterapia. Diabetes mellitus.