

Catálogo das Ações de Extensão



2012

SUMÁRIO

UNIVERSIDADE ABERTA PARA TERCEIRA IDADE	9
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	9
DANÇA PARA TERCEIRA IDADE.....	9
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	9
NATAÇÃO PARA TERCEIRA IDADE	9
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	9
HIDROGINÁSTICA PARA TERCEIRA IDADE	10
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	10
INFORMÁTICA PARA A TERCEIRA IDADE.....	10
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	11
FISIOTERAPIA PARA A TERCEIRA IDADE E PARKINSONIANO	11
PÚBLICO ALVO: PESSOAS PARKINSONIANAS (ACIMA DE 30 ANOS) OU COM MAIS DE 60 ANOS DE IDADE	11
PREVENÇÃO E TRATAMENTO DAS DISFUNÇÕES DO ASSOALHO PÉLVICO: DO DESCONFORTO A SATISFAÇÃO	11
PÚBLICO ALVO: O PÚBLICO ALVO DESSE PROJETO DE EXTENSÃO SERÃO MULHERES ADULTAS E IDOSAS - IDADE SUPERIOR A 20 ANOS - COM DISFUNÇÕES DA MUSCULATURA DO ASSOALHO PÉLVICO.	12
CANTO PARA TERCEIRA IDADE.....	12
PÚBLICO ALVO: PESSOAS DA COMUNIDADE COM 55 ANOS OU MAIS.....	12
PILATES	12
PÚBLICO ALVO: PESSOAS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	13
GINÁSTICA.....	13
PÚBLICO ALVO: PESSOAS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	13
CAMINHADA ORIENTADA.....	13
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	13
MUSCULAÇÃO PARA TERCEIRA IDADE	13
PÚBLICO ALVO: IDOSOS DA COMUNIDADE COM 60 ANOS OU MAIS.....	14
PROGRAMA DE ESTÁGIOS DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO	14
PÚBLICO ALVO: ALUNOS DE GRADUAÇÃO, DA ÁREA DA SAÚDE, DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS OU PRIVADAS DO PAÍS.	14
CAPACITAÇÃO EM RESSUSCITAÇÃO CARDIOPULMONAR.....	14
PÚBLICO ALVO: O PÚBLICO ALVO É COMPOSTO POR DISTINTOS GRUPOS, QUE RECEBERÃO TREINAMENTOS DIFERENCIADOS: 1. EQUIPE EXECUTORA DAS AÇÕES QUE COMPÕEM O PROGRAMA DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO (NCME); 2. ALUNOS DE GRADUAÇÃO E	

PÓS GRADUAÇÃO DO CEFID-UDESC. 3. ESTAGIÁRIOS ALUNOS E PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE DE OUTRAS INSTITUIÇÕES. 4. LEIGOS (PACIENTES DOS PROJETOS DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR DO NCME, SEUS FAMILIARES E PROFISSIONAIS ADMINISTRATIVOS).. (ADULTOS)	14
LABORATÓRIO DE ERGOESPIROMETRIA	15
PÚBLICO ALVO: PACIENTES (ADULTOS) DO SISTEMA PÚBLICO E PRIVADO DE SAÚDE, BEM COMO DESPORTISTAS, ATENDIDO EM OUTRAS AÇÕES E EVENTUAIS PESQUISAS DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO.	15
PROJETO EDUCACIONAL NA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA	15
PÚBLICO ALVO: EQUIPE EXECUTORA, PACIENTES MATRICULADOS NOS PROJETOS DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA (RCPM) DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO (NCME), ALUNOS DE GRADUAÇÃO E PÓS GRADUAÇÃO DAS DISCIPLINAS RELACIONADAS À RCPM, ESTAGIÁRIOS ALUNOS E PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE.....	15
FUNÇÃO SEXUAL DE PARTICIPANTES DE PROGRAMAS DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA.....	16
PÚBLICO ALVO: PACIENTES DO SISTEMA PÚBLICO E PRIVADO DE SAÚDE, BEM COMO DESPORTISTAS, ATENDIDO EM OUTRAS AÇÕES E EVENTUAIS PESQUISAS DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO.	16
DANÇA DE SALÃO NA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA	16
PÚBLICO ALVO: PACIENTES ESTÁVEIS COM INDICAÇÃO DE TRATAMENTO EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA	16
REABILITAÇÃO NA INSUFICIÊNCIA CARDÍACA	17
PÚBLICO ALVO: PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA.....	17
REABILITAÇÃO DE DOENÇAS VASCULARES PERIFÉRICAS.....	17
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DE EXTENSÃO SE DESTINA A ATENDER PACIENTES DO SISTEMA PÚBLICO E PRIVADO DE SAÚDE QUE SEJAM PORTADORES DE TROMBOSES, VENOSAS, VARIZES, ÚLCERAS E DOENÇAS ARTERIAIS PERIFÉRICAS.	17
REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA SUPERVISIONADA À DISTÂNCIA	18
REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA SUPERVISIONADA.....	18
PÚBLICO ALVO: PACIENTES COM DOENÇAS CARDIOVASCULARES, PULMONARES E METABÓLICAS, COM INDICAÇÃO PARA AS FASES 2 E 3 DA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA, ADVINDOS DO SISTEMA DE SAÚDE PÚBLICO OU PRIVADO.....	19
AVALIAÇÃO NA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR E METABÓLICA.....	19
PÚBLICO ALVO: PACIENTES DO SISTEMA PÚBLICO E PRIVADO DE SAÚDE, PORTADORES DE DOENÇAS CARDÍACAS OU FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DAS MESMAS, COMO DIABETES, HIPERTENSÃO E DISLIPIDEMIAS.	19
JORNADAS CIENTÍFICAS DO NÚCLEO DE CARDIOLOGIA E MEDICINA DO EXERCÍCIO	20
PÚBLICO ALVO: ALUNOS DE GRADUAÇÃO E PÓS-GRADUAÇÃO DE INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR, E PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE (EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA, MEDICINA, ENFERMAGEM, NUTRIÇÃO).....	20
PROGRAMA RITMO E MOVIMENTO.....	20
PÚBLICO ALVO: PROFESSORES, ALUNOS, FUNCIONÁRIOS DOS CEFID E COMUNIDADE EM GERAL.....	21

MOVIMENTO ESPORTIVO	21
PÚBLICO ALVO: O PROJETO TEM COMO PÚBLICO ALVO PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E FÍSICA. PARA TANTO, MANTÉM PARCERIA COM A FUNDAÇÃO CATARINENSE DE EDUCAÇÃO ESPECIAL E COM A ASSOCIAÇÃO DOS PAIS, AMIGOS E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DOS FUNCIONÁRIOS DO BANCO DO BRASIL E DA COMUNIDADE (APABB/SC), RESPONSÁVEL POR INDICAR OS PARTICIPANTES E PESSOAL TÉCNICO PARA O PROJETO NA MODALIDADE DE NATAÇÃO.	
MOVIMENTO TERAPÊUTICO	21
PÚBLICO ALVO: O PROJETO TEM COMO PÚBLICO ALVO PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E FÍSICA. PARA TANTO, MANTÉM PARCERIA COM A FUNDAÇÃO CATARINENSE DE EDUCAÇÃO ESPECIAL E COM A ASSOCIAÇÃO DOS PAIS, AMIGOS E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DOS FUNCIONÁRIOS DO BANCO DO BRASIL E DA COMUNIDADE (APABB/SC), RESPONSÁVEL POR INDICAR OS PARTICIPANTES E PESSOAL TÉCNICO PARA O PROJETO NA MODALIDADE DE NATAÇÃO.	
MOVIMENTO MARCIAL.....	22
PÚBLICO ALVO: ESTUDANTES, PROFESSORES, COMUNIDADE EXTERNA E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA.	
PROGRAMA REABILITAR E INTEGRAR.....	22
PÚBLICO ALVO: AÇÃO 1- MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA E COM DISFUNÇÃO SEXUAL: VAGINISMO E DISPAREUNIA AÇÃO 2- MULHERES COM INCONTINÊNCIA (EDUCAÇÃO EM SAÚDE) E MULHERES QUE OBTIVERAM A RESOLUÇÃO DO QUADRO DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA - FORMAÇÃO DO GRUPO (CINESIOTERAPIA PARA O ASSOALHO PÉLVICO) PARA MANUTENÇÃO DA CONTINÊNCIA URINÁRIA ADQUIRIDA. AÇÃO 3- AMPUTADOS DE MEMBROS INFERIORES DE QUAISQUER ETIOLOGIAS.	
HIDROTERAPIA PARA A TERCEIRA IDADE	23
PÚBLICO ALVO: PESSOAS INSCRITAS NO GETI.	
FISIOTERAPIA AQUÁTICA	23
PÚBLICO ALVO: PESSOAS REALIZANDO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA CLÍNICA ESCOLA DE FISIOTERAPIA DO CEFID, CUJA FISIOTERAPIA AQUÁTICA POSSA SER UM COMPLEMENTO EM BUSCA DA RESOLUBILIDADE.....	
II ENCONTRO DE TERAPIAS AQUÁTICAS DE SANTA CATARINA.....	24
PÚBLICO ALVO: PROFESSORES E ACADÊMICOS, PRATICANTES OU INTERESSADOS EM TERAPIAS AQUÁTICAS.	
PROJETO INSPIRAÇÃO.....	24
PÚBLICO ALVO: PAIS, RESPONSÁVEIS E CUIDADORES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM ENFERMIDADES CARDÍACAS E RESPIRATÓRIAS, BEM COMO OS PRÓPRIOS PACIENTES ACIMA DA IDADE ESCOLAR.....	
RESPIRE BEM E CRESÇA MELHOR	24
PÚBLICO ALVO: RECÉM-NASCIDOS, LACTENTES, CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM ENFERMIDADES CARDIORRESPIRATÓRIAS.....	
RESPILAR	25
PÚBLICO ALVO: PAIS, RESPONSÁVEIS E CUIDADORES DE CRIANÇAS COM AFECÇÕES CARDIORRESPIRATÓRIAS, E PRINCIPALMENTE OS PRÓPRIOS PACIENTES	
PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO E SAÚDE: UM PROGRAMA ESTRUTURADO DE CAMINHADA NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....	25

PÚBLICO ALVO: PESSOAS COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....	25
PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO E SAÚDE: A PRÁTICA DE ALONGAMENTO NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....	26
PÚBLICO ALVO: PESSOAS PORTADORAS DA SÍNDROME DA FIBROMIALGIA	26
PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO E SAÚDE: A PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....	26
PÚBLICO ALVO: PESSOAS COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA.....	26
EXERCÍCIOS FÍSICOS E OBESIDADE NA ADOLESCÊNCIA: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA DO EXERCÍCIO.....	27
PÚBLICO ALVO: ADOLESCENTES ESTUDANTES DO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL AO 3º ANO DO ENSINO MÉDIO.	27
APERFEIÇOAMENTO E TREINAMENTO DE NATAÇÃO.....	27
PÚBLICO ALVO: O PÚBLICO-ALVO DO PROJETO COMPÕE-SE DE INDIVÍDUOS DE AMBOS OS SEXOS, COM IDADE A PARTIR DE 13 ANOS*, QUE TENHAM DOMÍNIO TÉCNICO DOS 4 NADOS (CRAWL, COSTAS, PEITO E BORBOLETA).....	27
PROJETO AUTONOMIA AQUÁTICA.....	28
PÚBLICO ALVO: O PÚBLICO ALVO DO PROJETO COMPÕE-SE DE INDIVÍDUOS PORTADORES DE NECESSIDADE ESPECIAIS COM CONTROLE DE ESFÍNCTERES E UM ACOMPANHANTE.	28
PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA A COMUNIDADE.....	28
PÚBLICO ALVO: COMUNIDADE EM GERAL COM IDADE SUPERIOR A 16 ANOS QUE TENHA SIDO CONSIDERADA APTA PARA PRÁTICA DA NATAÇÃO OU HIDROGINÁSTICA.	28
INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO NA MODALIDADE DE ATLETISMO.....	29
PÚBLICO ALVO: OS PARTICIPANTES DESTES PROJETO SÃO CRIANÇAS E ADOLESCENTES ESCOLARES DE AMBOS OS SEXOS COM IDADE ENTRE 07 E 18 ANOS DA REGIÃO DA GRANDE FLORIANÓPOLIS, E TAMBÉM ACADÊMICOS DO CEFID/UDESC QUE INTEGRAM A EQUIPE UNIVERSITÁRIA DE ATLETISMO DESTA INSTITUIÇÃO.....	29
ATLETISMO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA	29
MOVIMENTO INTEGRAL.....	30
PÚBLICO ALVO: ACADEMICOS DE FISIOTERAPIA E OUTROS CURSOS RELACIONADOS COM A SAÚDE.....	30
GRUPO POSTURA CORPORAL.....	30
PÚBLICO ALVO:.....	30
CUIDANDO DA DOR LOMBAR	31
PÚBLICO ALVO:.....	31
SANTAS DE CASA QUE FAZEM MILAGRES.....	31
PÚBLICO ALVO: PROFISSIONAIS DE FISIOTERAPIA E DE ÁREAS DA SAÚDE.	31
PROGRAMA DE REABILITAÇÃO PULMONAR.....	31
COORDENADORA: ANAMARIA FLEIG MAYER	32
PÚBLICO ALVO: PACIENTES PORTADORES DE DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA.	32

PROJETO DE EDUCAÇÃO E ORIENTAÇÃO PARA PACIENTES COM DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA E SEUS FAMILIARES	32
PÚBLICO ALVO: PACIENTES PORTADORES DE DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA E SEUS FAMILIARES.	32
GRUPO DE ESTUDOS EM REABILITAÇÃO PULMONAR	32
PÚBLICO ALVO: ALUNOS DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA E PROFISSIONAIS DA SAÚDE.....	33
VISITAS DIAGNÓSTICAS E AVALIAÇÃO FUNCIONAL DE PORTADORES DE SEQÜELA DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL	33
PÚBLICO ALVO: PESSOAS PORTADORAS DE SEQÜELA DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC) RESIDENTES NOS BAIROS ABRÃO, COQUEIROS, VILA APARECIDA E ESTREITO DE FLORIANÓPOLIS, ASSIM COMO OS SEUS CUIDADORES.	33
ATENDIMENTO EM GRUPO DE PORTADORES DE SEQÜELA DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC)	34
PÚBLICO ALVO: PORTADOR DE SEQÜELA DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC) COM CAPACIDADE DE LOCOMOÇÃO INDEPENDENTE.....	34
ACESSO AS AVALIAÇÕES E AO ATENDIMENTO DE FISIOTERAPIA PARA PACIENTES COM SEQUELA DE AVC	34
PÚBLICO ALVO: PACIENTES COM SEQUELA DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC) COM CAPACIDADE DE DEAMBULAÇÃO, MAS DIFICULDADE DE ACESSO AO TRANSPORTE PÚBLICO.	34
ESCOLA DE INICIAÇÃO AO BASQUETEBOL	34
PÚBLICO ALVO: ESCOLARES.....	35
INTEGRAÇÃO PELO ESPORTE ADAPTADO- BASQUETEBOL.....	35
PÚBLICO ALVO: PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA.....	35
PROGRAMA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA – BASQUETEBOL	35
PÚBLICO ALVO: CRIANÇAS E ADOLESCENTES MATRICULADAS NA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE ENSINO.....	35
NETVOLEI - TREINAMENTO E PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES DAS EQUIPES ADULTO.....	36
PÚBLICO ALVO: ACADÊMICOS UNIVERSITÁRIOS E COMUNIDADE EM GERAL.....	36
NETVOLEI - TREINAMENTO E PARTICIPAÇÕES EM COMPETIÇÕES DAS EQUIPES DE BASE MASCULINA.....	36
PÚBLICO ALVO: CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM IDADE DE 12 A 18 ANOS DO SEXO MASCULINO. ...	36
NETVOLEI - TREINAMENTO E PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES DAS EQUIPES DE BASE FEMININA	37
PÚBLICO ALVO: CRIANÇAS E ADOLESCENTES.....	37
RUGBY PARA ACADÊMICOS E COMUNIDADE	37
PROGRAMA ESPORTES DE CONTATO	37
ATLETA CIDADÃO	37
GINÁSTICA NA ESCOLA	37
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DESTINA-SE AO ATENDIMENTO DE ALUNOS DA ESCOLA DE APLICAÇÃO DAS TURMAS DO PRÉ-ESCOLAR, 1º E 2º SÉRIES DO ENSINO FUNDAMENTAL DO TURNO MATUTINO. ...	38

ESCOLA DE INICIAÇÃO A GINÁSTICA RÍTMICA	38
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DESTINA-SE AO ATENDIMENTO DE MENINAS DA COMUNIDADE COM IDADE COMPREENDIDA ENTRE 06 E 16 ANOS.	
	38
APERFEIÇOAMENTO EM GINÁSTICA RÍTMICA	39
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DESTINA-SE A ATENDER 40 MENINAS PRÉ SELECIONADAS QUE FORMAM A EQUIPE DE GINÁSTICA RÍTMICA DA ADIEE/UEDESC/FME DE FLORIANÓPOLIS, DISTRIBUÍDAS NAS CATEGORIAS, PRÉ INFANTIL, INFANTIL, JUVENIL E ADULTO.	
	39
NÚCLEO DE PSICOLOGIA.....	39
PÚBLICO ALVO: INTERNO - ALUNOS DE GRADUAÇÃO, PÓS-GRADUAÇÃO, PROFESSORES E TÉCNICOS DO CEFID/UEDESC. EXTERNO - PACIENTES DA CLÍNICA DE FISIOTERAPIA DO CEFID/UEDESC, FUNCIONÁRIOS TERCEIRIZADOS DE SERVIÇOS GERAIS(CEFID) E DA COMUNIDADE.	
	40
COGNIÇÃO E MOTRICIDADE.....	40
PÚBLICO ALVO: IDOSOS CADASTRADOS NO CENTRO DE ATENÇÃO À TERCEIRA IDADE (CATI), NO MUNICÍPIO DE SÃO JOSÉ.	
	40
PROJETO DE EXTENSÃO BIOQUÍMICA PREVENTIVA	40
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DE EXTENSÃO BIOQUÍMICA PREVENTIVA ESTÁ ABERTO PARA A COMUNIDADE EM GERAL, A PARTIR DE 18 ANOS DE IDADE. PARA PARTICIPAR BASTA FAZER O AGENDAMENTO PELO FONE DE CONTATO E ESTAR EM JEJUM NO DIA DA COLETA DE SANGUE.	
	41
FISIOTERAPIA DESPORTIVA.....	41
PÚBLICO ALVO: ATLETAS PROFISSIONAIS E AMADORES QUE NECESSITEM DE ATENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA.....	
	41
PROJETO DE EXTENSÃO ARTRATIVA	41
PÚBLICO ALVO: INDIVÍDUOS DA COMUNIDADE, MAIORES DE 18 ANOS, QUE APRESENTEM DIAGNÓSTICO CLÍNICO DE ARTRITE REUMATÓIDE.....	
	42
PROGRAMA ESTRUTURADO DE INTERVENÇÃO PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE CRIANÇAS COM RISCO DE DESENVOLVIMENTO FÍSICO E MOTOR	42
PÚBLICO ALVO: O PROJETO SERÁ VOLTADO PARA CRIANÇAS QUE APRESENTAM DIFICULDADES MOTORAS OU ÍNDICES DE SOBREPESO E OBESIDADE, MORADORES DA REGIÃO DA GRANDE FLORIANÓPOLIS.....	
	42
REABILITAÇÃO PÓS CÂNCER GINECOLÓGICO.....	43
PÚBLICO ALVO: MULHERES USUÁRIAS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE COM DIAGNÓSTICO DE CÂNCER GINECOLÓGICO, QUE FORAM SUBMETIDAS À CIRURGIA E/OU RADIOTERAPIA E QUE APRESENTAM COMPLICAÇÕES FUNCIONAIS EM DECORRÊNCIA DO TRATAMENTO. FAMILIARES DAS PACIENTES COM COMPLICAÇÕES DO CÂNCER GINECOLÓGICO; ALUNOS DOS PPG DO CEFID/UEDESC; ACADÊMICOS DO CURSO DE FISIOTERAPIA INTERESSADOS EM PARTICIPAR DAS AÇÕES DE EXTENSÃO E PROJETOS DE PESQUISA; FISIOTERAPEUTAS VOLUNTÁRIOS INTERESSADOS EM PARTICIPAR DAS AÇÕES DE EXTENSÃO E PROJETOS DE PESQUISA; PROFISSIONAIS DE SAÚDE CONVIDADOS DE INSTITUIÇÕES PARCEIRAS.....	
	43
ORIENTAÇÃO DOMICILIAR PARA PAIS E CUIDADORES DE CRIANÇAS COM PARALISIA CEREBRAL.....	44
PÚBLICO ALVO: PAIS OU CUIDADORES DE CRIANÇAS COM DIAGNÓSTICO DE PARALISIA CEREBRAL ..	
	44
FORMAÇÃO DE NOVOS GINASTAS	44

PÚBLICO ALVO: A CLIENTELA SERÁ COMPOSTA POR 15 ALUNOS DO SEXO MASCULINO DE 8 A 15 ANOS DE IDADE RESIDENTES NA GRANDE FLORIANÓPOLIS.	44
AVALIAÇÃO E PRESCRIÇÃO DE TREINAMENTO PARA CORREDORES DE RUA.....	45
PÚBLICO ALVO: PARTICIPAÇÃO EFETIVA DE 10 A 15 PRATICANTES DE CORRIDAS DE RUA (RÚSTICAS) ADULTOS DE AMBOS OS SEXOS	45
PROJETO DE EXTENSÃO DE INICIAÇÃO AO FUTEBOL PARA A COMUNIDADE	45
PÚBLICO ALVO: O PROJETO TERÁ COMO META ATINGIR UM PÚBLICO DE CRIANÇAS ENTRE 8 A 12 ANOS, MORADORAS DA REGIÃO CONTINENTAL DE FLORIANÓPOLIS, MAIS PRECISAMENTE DAS ÁREAS LOCALIZADAS PRÓXIMAS AO CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE E DO ESPORTE (CEFID). PRETENDE-SE ATINGIR PRINCIPALMENTE UM PÚBLICO DE MAIOR CARÊNCIA DE RECREAÇÃO, PELA FALTA DE CONDIÇÕES ECONÔMICAS OU APOIO SOCIAL, PROMOVEDO ASSIM, MAIORES OPORTUNIDADES E DISCIPLINA ATRAVÉS DA PRÁTICA ESPORTIVA E VIVÊNCIA COLETIVA.	45
UDESC NA EMPRESA - PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL	46
PÚBLICO ALVO: O PROJETO DESTINA-SE A AOS SERVIDORES LOTADOS NA REITORIA E NO CAMPO I DA UDESC	46
PROJETO DE CONDICIONAMENTO FÍSICO PARA A COMUNIDADE	46
PÚBLICO ALVO: ALÉM DO ATENDIMENTO À COMUNIDADE INTERNA DA UNIVERSIDADE (ALUNOS E SERVIDORES), O PROJETO SE PROPÕE A ATENDER OS MORADORES DO BAIRRO COQUEIROS E ADJACÊNCIAS, EM FUNÇÃO DA PROXIMIDADE DESSAS COMUNIDADES EM RELAÇÃO AO LOCAL DE REALIZAÇÃO DO PROJETO. PODEM PARTICIPAR PESSOAS COM MAIS DE 15 ANOS DE IDADE, DECLARADAS APTAS PARA REALIZAÇÃO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS.	46
LAZER E RECREAÇÃO	47
PÚBLICO ALVO: ACADÊMICOS E COMUNIDADE	47
ÍNDICE	48

AÇÕES DE EXTENSÃO DO CEFID

Universidade Aberta para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Enira Teresinha Braghirolli Damin, Giovana Zarpellon Mazo

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: O Projeto Universidade Aberta para Terceira Idade visa proporcionar às pessoas da terceira idade informações teórico-práticas sobre o processo de envelhecimento humano. O desenvolvimento das atividades acontece quinzenalmente, nas sextas-feiras, das 14 às 16h30min, no auditório do CEFID.

Dança para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Fernando Luiz Cardoso, Giovana Zarpellon Mazo

Bolsista: Kethrin Maila Weiss

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: O Projeto Dança para Terceira Idade do GETI tem como objetivo promover a manutenção das capacidades físicas dos idosos, bem como a melhoria das funções motoras utilizadas para a realização das tarefas do seu cotidiano. Como a dança é uma atividade lúdica por natureza, tem também o objetivo de auxiliar o crescimento e abrangência das relações interpessoais, o lazer através dos ritmos e a melhoria da qualidade de vida de seus praticantes. As aulas desenvolveram-se nas segundas e sextas-feiras, das 16h30min às 17h30min, no ginásio 1 do CEFID.

Natação para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professora: Giovana Zarpellon Mazo

Bolsistas: Lucas Rufino, Manoela Piedra Koerich

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: O Projeto Natação para Terceira Idade oportuniza aos idosos da comunidade a prática da natação, numa perspectiva pedagógica de ensino/aprendizagem para turmas iniciantes e avançadas. Foram ensinados os nados crawl, peito e costas, explorando a autonomia dos idosos numa metodologia global. Segurança e socialização foram imprescindíveis. Trabalhos de adaptação em duplas intercambiaram informações do professor e apresentaram resultados. Jogos aquáticos de aquecimento como pólo, vôlei e salvamento

foram aplicados para que os idosos iniciantes conhecessem melhor o meio e seus processos. Saida da borda, deslocamento com prancha, bater pés, aprender braçada crawl, deslize e equilíbrio na água foram ensinados. Na aprendizagem terapêutica atividades de transporte, deslize, respiração e equilíbrio em duplas permitiram flutuação, pernada a favor do deslocamento. Esse trabalho melhorou a respiração bilateral dos idosos avançados; aprendem que transportados realizam força de membros inferiores ao rebocarem. A aprendizagem da Natação para idosos promove habilidades motoras, gera plasticidade cerebral, aumenta o número de neurônios centrais e periféricos e aumenta também o número de sinapses entre neurônios (SANTOS 2005). Instrumentos da aprendizagem como flutuadores, pranchas e palmar foram utilizados. Sugeriu-se o pé de pato para realização de força, sabemos que 80% da natação requerem força de membros superiores. Princípios gerais do treinamento se aplicam aos idosos. Um início de exercício a níveis baixos, aumentando-se, conforme se processam as adaptações. E a seqüência intervalada para o idoso com exercícios de elevadores possibilita um retorno venoso eficaz. - o colégio Americano de Medicina do Esporte e do Exercício (2005) aponta uma freqüência cardíaca ideal entre 40 a 60% FCM, o que foi requisito. A volta a calma no final da aula a níveis leves com maiores intervalo, prioriza a respiração, o deslize, a flutuação e a descontração. Assim como um alongamento dos músculos maiores e mais solicitados. Neste ano, através do Projeto organizamos o I Festival de Natação, onde integramos idosos participantes de projetos de natação de outras Universidades e procuramos incentivar a socialização dos outros projetos que fazem parte do Programa GETI. Esse projeto acontece às terças e quintas-feiras, das 7h30min às 8h20min e das 13h50min às 15h30min, na piscina semiolímpica do CEFID.

Hidroginástica para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professora: Giovana Zarpellon Mazo

Bolsista: Giovanni Lucena Cardoso

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: O Projeto Hidroginástica para Terceira Idade busca oportunizar aos idosos da comunidade a prática de exercícios físicos no meio líquido. Além da melhoria da aptidão física dos praticantes, também promove benefícios psicossociais que são importantes no processo de envelhecimento. Os idosos participantes da hidroginástica já praticam esta modalidade há muito tempo, por isso estão bem adaptados. Existem alguns casos isolados que precisam uma atenção especial para se adaptar ao meio aquático. Percebe-se uma grande motivação pelo ambiente social que a Universidade proporciona. Isso pode ser exemplificado pela participação dos alunos no I Festival de Natação, onde as turmas de Hidroginástica fizeram a abertura do Festival apresentando uma coreografia na Piscina. Todos os alunos ensaiaram com dedicação durante as aulas para que a apresentação viesse representar o seu aprendizado. Esse projeto acontece às terças e quintas-feiras, das 7h30min às 8h20min e das 13h50min às 15h30min, na piscina semiolímpica do CEFID.

Informática para a terceira idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Eduardo Roberto May Effting, Giovana Zarpellon Mazo

Bolsistas: Pâmela Colonetti Arns

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: Proporcionar a inclusão digital do idoso por meio do aprendizado de noções básicas de informática e operacionalização do computador. Esse projeto acontece às quartas feiras, das 8h30min às 9h40min e das 9h40min às 10h20min, no laboratório de informática do CEFID.

Fisioterapia para a Terceira Idade e Parkinsoniano

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenador: Prof. Marcio José dos Santos

Vice: Fernanda Romaguera Pereira e Alessandra Swaroswsky Martín dos Santos

Professores: Fernanda Romaguera Pereira, Marcio José dos Santos, Giovana Zarpellon Mazo

Bolsistas: Ana Cláudia Constantino

Público alvo: Pessoas Parkinsonianas (acima de 30 anos) ou com mais de 60 anos de idade

Descrição O projeto de Fisioterapia para a Terceira Idade e Parkinsoniano do programa de extensão do Grupo de

Estudos da Terceira Idade – GETI tem como objetivo oportunizar aos idosos e aos parkinsonianos da comunidade

os benefícios oriundos da fisioterapia (manter/melhorar capacidade funcional e a reabilitação física), bem como proporcionar benefícios biopsicossociais no processo de envelhecimento. Inicialmente os pacientes serão avaliados cinético-funcionalmente e posteriormente será desenvolvido o programa de reabilitação. As sessões ocorrerão individualmente na clínica escola de fisioterapia do CEFID, duas vezes por semana, com duração de 45 minutos cada por um período de 10 meses

Prevenção e tratamento das disfunções do assoalho pélvico: do desconforto a satisfação

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Fabiana Flores Sperandio

Professora: Fabiana Flores Sperandio

Bolsista: Kethrin Maila Weiss

Público alvo: O público alvo desse projeto de extensão serão mulheres adultas e idosas - idade superior a 20 anos - com disfunções da musculatura do assoalho pélvico.

Essas mulheres serão recrutadas em consultórios e clínicas médicas da região continental de Florianópolis e também da Rede Feminina de Combate ao Câncer e no Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI).

Descrição: Durante a vida da mulher inúmeras mudanças ocorrem em seus corpos em função das diversas fases pelas quais atravessam. Todas essas mudanças dizem respeito à forma corporal, metabolismo e aspectos psicológicos. Dentre essas modificações podemos citar a musculatura do Assoalho Pélvico, que é responsável, principalmente, pelo suporte dos órgãos pélvicos, manutenção da continência urinária e função sexual. Por conta disso, são comuns disfunções nesta musculatura como prolapso pélvico, incontinência urinária e disfunções sexuais, as quais podem ser prevenidas e tratadas. OBJETIVOS: implantar um programa de prevenção e tratamento das disfunções do assoalho pélvico em mulheres adultas e idosas. METODOLOGIA: Serão recrutadas mulheres adultas e idosas em consultórios e clínicas médicas da região continental de Florianópolis, na Rede Feminina de Combate ao Câncer e no Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI). Após a realização de uma triagem para identificação das disfunções do assoalho pélvico, as mulheres serão encaminhadas a diferentes formas de tratamento conversador como cinesioterapia para os músculos do assoalho pélvico ou modalidades de exercício físico, ambos baseados em um protocolo previamente elaborado pelos profissionais da equipe. Inicialmente serão propostos 10 sessões de cada modalidade de tratamento. Os tratamentos serão realizados no CEFID/UDESC.

Canto para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Sergio Eduardo Parucker, Giovana Zarpellon Mazo
Bolsistas: Adair Medeiros Lima

Público alvo: Pessoas da comunidade com 55 anos ou mais

Descrição: O projeto Canto para Terceira Idade busca perspectivas para maior valorização do ser humano e suas potencialidades, estimulando, por meio da criatividade na expressão musical, a sua participação na sociedade. Seu desenvolvimento junto ao GETI acontece nas segundas-feiras, das 14h00 às 16h30min, no auditório do CEFID.

Pilates

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Sergio Eduardo Parucker, Giovana Zarpellon Mazo

Bolsistas: Lucas Rufino

Público alvo: Pessoas da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: Desenvolver a saúde em todos os seus níveis: físico, mental, social e espiritual. Integrar-se consigo mesmo e com o grupo é a essência deste trabalho, que é vivenciado através de posturas e consciência corporal, exercícios respiratórios, relaxamento e meditação. Esse projeto acontece às quartas e sextas feiras, entre 13h50min às 15h30min, no CEFID.

Ginástica

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Sergio Eduardo Parucker, Giovana Zarpellon Mazo

Bolsista: Kethrin Maila Weiss

Público alvo: Pessoas da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: Oportunizar aos idosos exercícios físicos regulares para manter e/ou melhorar os elementos da aptidão física, os movimentos articulares, o sistema muscular e cardiorrespiratório, a auto-imagem e a auto-estima e possibilitar a sociabilização e integração destes. Esse projeto acontece às segundas e sextas - 15:30 às 16:30, no CEFID.

Caminhada Orientada

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: Prof^a Dra. Giovana Zarpellon Mazo

Professores: Andréia Pelegrini

Bolsistas: Giovanni Lucena Cardoso

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: Oportunizar as pessoas da terceira idade da comunidade a prática orientada da caminhada, a qual apresenta diversos benefícios biopsicossociais no processo de envelhecimento. Esse projeto acontece às segundas, quartas e sextas, das 16:30 às 17h30min, na pista de atletismo do CEFID.

Musculação para Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/geti

Coordenadora: *Giovana Zarpellon Mazo*

Professores: *Érico Felden Pereira, Sergio Eduardo Parucker, Giovana Zarpellon Mazo*

Bolsista: *Manoela Piedra Koerich*

Público alvo: Idosos da comunidade com 60 anos ou mais

Descrição: O Projeto Musculação para Terceira Idade proporcionar às pessoas deste segmento populacional o fortalecimento muscular através de exercícios resistidos. Os idosos participantes da modalidade Musculação, já praticam estas modalidades há muito tempo, por isso estão bem adaptados. Pode-se destacar a assiduidade dos alunos como uma característica geral da turma, o que facilita a evolução dos treinos. As aulas são desenvolvidas nas segundas, quartas e sextas-feiras, das 8h às 9h, na academia de musculação.

Programa de estágios do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: *Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral*

Público alvo: Alunos de graduação, da área da saúde, das universidades públicas ou privadas do país.

Descrição: Objetivo Geral: Desenvolver um programa estruturado de estágio tendo no NCME. Objetivos Específicos: Orientar o estagiário quanto à leitura de bibliografia que norteia a RCPM; Proporcionar ao estagiário vivências nos projetos do NCME, conforme sua área de interesse; Submeter o estagiário a uma avaliação geral relacionados às atividades por ele vivenciadas no NCME. Mais informações através dos bolsistas e voluntários ou no Núcleo de Cardiologia e Medicina do Esporte.

Capacitação em Ressuscitação Cardiopulmonar

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: *Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral*

Público alvo: O público alvo é composto por distintos grupos, que receberão treinamentos diferenciados: 1. Equipe executora das ações que compõem o Programa do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME); 2. Alunos de graduação e pós graduação do CEFID-UDESC. 3. Estagiários alunos e profissionais da área de saúde de outras instituições. 4. Leigos (pacientes dos projetos de Reabilitação Cardiopulmonar do NCME, seus familiares e profissionais administrativos).. (Adultos)

Descrição: Curso de Suporte básico e avançado - divulgar as novas diretrizes da ressuscitação cardiopulmonar e capacitar acadêmicos e profissionais da saúde e comunidade à prestação de socorro. Esse projeto acontece duas vezes ao ano, no Núcleo de Cardiologia e Medicina do

Esporte, durante a Jornada Científica do Núcleo de Cardiologia e medicina do Exercício em horários a definir.

Laboratório de Ergoespirometria

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: Pacientes (adultos) do sistema público e privado de saúde, bem como desportistas, atendido em outras ações e eventuais pesquisas do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício.

Descrição A AÇÃO - Laboratório de Ergoespirometria visa ao atendimento para realização do teste ergométrico cardiopulmonar ou ergoespirometria, a pacientes e desportistas atendidos em outras ações e eventuais pesquisas do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício. OBJETIVO GERAL: Submeter o paciente e ou atleta ao teste ergométrico cardiopulmonar. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: 1) Contribuir para o diagnóstico de doenças cardiovasculares e pulmonares, com manifestações clínicas, hemodinâmicas, eletrocardiográficas e metabólicas ao esforço; 2) Determinar a tolerância ao esforço e causas desta limitação. 3) Contribuir para as estratégias de treinamento físico, seja para reabilitação de pacientes ou para desempenho desportivo. Esse projeto acontece nas 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 11h00, no Núcleo de Cardiologia e Medicina do Esporte.

Projeto Educacional na Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: Equipe executora, pacientes matriculados nos projetos de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM) do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME), alunos de graduação e pós graduação das disciplinas relacionadas à RCPM, estagiários alunos e profissionais da área de saúde.

Descrição: É consensual que programas formais de reabilitação cardiopulmonar e metabólica (RCPM), que têm como fundamento a modificação de hábitos com ênfase no exercício físico, por oferecerem incontestáveis benefícios, não somente clínicos, mas, também, de natureza social e econômica, deve ser considerada parte essencial do tratamento ideal. A Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM), como o processo está sendo reconhecido no Brasil, está em consonância com a visão abrangente proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS), sendo o somatório de intervenções 'não farmacológicas' necessárias para garantir aos pacientes as melhores condições física, mental e social, visando vida ativa e produtiva (1-6). O processo estruturado de RCPM deve proporcionar, ao paciente, informações básicas sobre a fisiopatologia de sua(s) doença(s); a relação da(s) doença(s) com atividade física, atividade sexual, vida social e trabalho; os mecanismos de ação dos fármacos que utiliza; a reformulação

saudável dos hábitos alimentares; e as estratégias para cessação do tabagismo e controle do estresse (1-6), por meio de oficinas, palestras e discussões sobre hábitos saudáveis de vida, juntamente com atividades sociabilizadoras, como festas de confraternização, danças de salão e excursões turísticas em grupo. Esse projeto acontece bimestralmente em horários a definir.

Função sexual de participantes de Programas de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: *Pacientes do sistema público e privado de saúde, bem como desportistas, atendido em outras ações e eventuais pesquisas do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício.*

Descrição: Fundamentação: A abordagem da sexualidade tem sido negligenciada. Objetivo geral: oferecer aos praticantes de exercício físico uma atenção relacionada à sexualidade. Objetivos específicos: 1. Avaliar a compreensão sobre sexualidade; 2. Proporcionar informações sobre a influência das doenças cardiovasculares, pulmonares e metabólicas e seus respectivos tratamentos na sexualidade; 3. Avaliar o desempenho sexual; 4. Verificar o uso de incentivadores no desempenho sexual; 5. Oferecer informações sobre a manifestação da sexualidade em todas as fases da vida, com ênfase na vida adulta após os 50 anos. 6. Produção científica relacionada à ação; A ação será estabelecida por meio de um ciclo de palestras e oficinas, tendo em vista os objetivos propostos. Será feita coleta de informações por meio de instrumentos estruturados e reuniões de grupo. Será aplicado Questionário auto-responsivo e anônimo, para levantamento de questões de saúde geral e sexual dos hábitos de vida. As avaliações desse projeto acontecem às 3ª e 5ª das 14h às 17h, no Núcleo de Cardiologia e Medicina do Esporte.

Dança de salão na reabilitação cardiopulmonar e metabólica

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: *Pacientes estáveis com indicação de tratamento em Programa de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica*

Descrição - Nos programas de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM), a aderência costuma ficar abaixo de 50% no primeiro ano e de 30% no segundo ano. A prática sistemática da dança de salão, considerada uma atividade lúdica e prazerosa, facilmente incorporada à vida social, poderia contribuir para o bom condicionamento físico e melhor controle do estresse, que são elementos essenciais no estilo saudável de vida e se constituir em uma forma eficaz de aumentar a aderência aos programas formais de incremento da atividade física. Nos programas de RCPM da Clínica de Prevenção e Reabilitação Cardiosport (clínica privada) e do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício em algumas circunstâncias a escolha tem sido a dança de salão. No protocolo utilizado em nossos programas de reabilitação têm sido adotados ritmos variados, como forró, bolero, samba, merengue, valsa, rock and roll e salsa, em abordagem eclética, que atende a todos os gostos, sendo os ritmos dançados combinados ou isolados, dependendo do objetivo de cada aula. Os resultados preliminares dos nossos estudos têm se mostrado promissores, o que nos tem motivado a ampliar e aprofundar a proposta. As aulas de dança de salão acontecerão três vezes por semana, com duração de 60 minutos. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Aulas: 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 9h.

Reabilitação na insuficiência cardíaca

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: *Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral*

Público alvo: *Pacientes com insuficiência cardíaca.*

Descrição - Objetivo Geral: Oferecer reabilitação a portadores de insuficiência cardíaca. Objetivos específicos: oferecer programa de exercício; oferecer medidas educacionais visando modificação do estilo de vida; oferecer avaliação e acompanhamento clínico; oferecer avaliação funcional; avaliar a qualidade de vida; avaliar o perfil hormonal e inflamatório para os participantes de projetos de pesquisas específicas. As atividades ocorrerão no contexto do programa de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM) do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME). Serão oferecidas palestras e oficinas para conscientização quanto a importância da modificação do estilo de vida, tendo como temas: reeducação alimentar, efeitos positivos da atividade física orientada, controle do estresse e estratégias para remoção do tabagismo. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Turma 1: 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 9h Turma 2: 2ª, 4ª e 6ª das 9h às 10h

Reabilitação de doenças vasculares periféricas

Coordenador: *Tales de Carvalho*

Professores: 3

Bolsistas: *Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral*

Público alvo: *O projeto de extensão se destina a atender pacientes do sistema público e privado de saúde que sejam portadores de trombozes, venosas, varizes, úlceras e doenças arteriais periféricas.*

Descrição - Há escassa informação sobre os efeitos do exercício físico nas doenças vasculares periféricas (DVP). O objetivo é promover a prática de exercício físico reabilitando os portadores

de DVP. Pesquisas serão realizadas sobre o tema. Haverá contato teórico e prático mais abrangente com a área vascular contribuindo para a extensão universitária. O projeto envolve um programa de exercícios que será direcionado, principalmente, aos membros inferiores (MMII) buscando restaurar a circulação e prevenindo possíveis complicações. Um protocolo de exercício será seguido para doenças arteriais periféricas e outro para doenças venosas de MMII, respeitando a capacidade física e funcional de cada paciente. A avaliação será realizada mensalmente por um profissional da área da saúde da equipe do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME). Para portadores de doença arterial periférica (DAP) será aplicado o Teste de Esteira, medidas de Índice Tornozelo Braço (ITB) através do aparelho ultra-som Doppler e o Questionário de Dificuldade para Caminhar. Para pacientes com doenças venosas serão aplicados o Teste de Fadiga Muscular da Panturrilha, classificação CEAP (clínica, etiologia, anatomia, fisiopatologia), pontuação clínica e de incapacidade, fotos e perimetria de MMII, Índice Massa Corporal (IMC) e Questionário de Qualidade de Vida. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Aulas: 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 11h Avaliações Físicas: 3ª e 5ª das 14h às 17h

Reabilitação cardiopulmonar e metabólica supervisionada à distância

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: Tales de Carvalho

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: Pacientes estáveis com indicação para tratamento em programa de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica, de alta ou sem necessidade das fases supervisionadas.

Descrição - Após alta das fases 2 e 3 do Programa de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM), os pacientes iniciarão a fase 4, que consiste em um programa de longo prazo, considerado “de vida inteira”. Todos os pacientes de alta das fases supervisionadas serão periódica e sistematicamente contatados pela equipe do programa de RCPM, presencialmente ou por meio de telefonemas, pelo menos uma vez a cada seis meses, para verificação da manutenção dos hábitos saudáveis, em especial a prática de exercícios. As atividades serão somente eventualmente supervisionadas, devendo ser adequadas às preferências dos pacientes em relação às atividades desportivas recreativas. Sempre que submetidos a testes ergométricos, cuja periodicidade não deve exceder a um ano, os pacientes serão orientados na prática, por meio de algumas sessões supervisionadas de exercícios. Haverá a possibilidade de atividades em grupo, como forma de reunir o grupo, checar a aderência às atividades físicas e ao estilo de vida reforçando a importância da mesma. Neste projeto, poderão ser atendidos pacientes estáveis, que não necessitem de atividades supervisionadas ou não puderem participar das fases supervisionadas 2 e 3. Na essência, a proposta visa ao aumento da aderência às mudanças favoráveis dos hábitos de vida, observadas nas fases supervisionadas da RCPM. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Avaliações Físicas: 3ª e 5ª das 14h às 17h

Reabilitação cardiopulmonar e metabólica supervisionada

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: [Tales de Carvalho]

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: *Pacientes com doenças cardiovasculares, pulmonares e metabólicas, com indicação para as fases 2 e 3 da Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica, advindos do sistema de saúde público ou privado.*

Descrição - É consensual que programas formais de reabilitação, que têm como fundamento a modificação de hábitos com ênfase no exercício físico, deve ser considerada parte essencial do tratamento ideal, para portadores de doença coronária aterosclerótica, insuficiência cardíaca, hipertensão arterial sistêmica e doença arterial periférica; doenças metabólicas, como a obesidade, síndrome metabólica e diabetes melito; doença pulmonar crônica; e de nefropatia crônica. A fase 2 é a primeira etapa extra-hospitalar, com duração prevista de três a seis meses, podendo em algumas situações se estender por mais tempo. Fazem parte desta fase um programa educacional direcionado à modificação do estilo de vida, com ênfase na reeducação alimentar e estratégias para cessação do tabagismo, sempre que for o caso. A fase 3, com duração prevista de seis a 24 meses, destina-se a atender imediatamente os pacientes liberados da fase 2. Mas, pode ser iniciada em qualquer etapa da evolução da doença, não sendo obrigatoriamente seqüência das fases anteriores. O principal objetivo é o aprimoramento da condição física, mas deve ser considerada também a necessidade de promoção de melhora da qualidade de vida e demais procedimentos que contribuam para a redução do risco de complicações clínicas, como estratégias para cessação do tabagismo e reeducação alimentar. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Aulas: 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 11h Avaliações Físicas: 3ª e 5ª das 14h às 17h

Avaliação na reabilitação cardiopulmonar e metabólica

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: Tales de Carvalho

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: *Pacientes do sistema público e privado de saúde, portadores de doenças cardíacas ou fatores de risco para o desenvolvimento das mesmas, como diabetes, hipertensão e dislipidemias.*

Descrição - Objetivo Geral: avaliação dos participantes do programa de RCPM. Objetivos Específicos: avaliação médica e de enfermagem, avaliação da qualidade de vida; antropometria; testes de campo; avaliação da força muscular; avaliação do sistema locomotor. A avaliação médica e de enfermagem consistirá no exame clínico e verificação de exames

complementares, dando como resultado a liberação para o programa de reabilitação cardiopulmonar e metabólica aos pacientes estáveis, bem como a prescrição inicial dos exercícios físicos. Avaliação da qualidade de vida será feita por meio de questionário. A avaliação da antropometria acontecerá por meio da determinação da massa corporal, mensuração da estatura; cálculo do índice de massa corporal e por meio da medida da circunferência abdominal. Será realizado o teste de caminhada de 6 minutos para os pacientes com diagnóstico de insuficiência cardíaca e em pacientes debilitados. A avaliação da força muscular abrangerá os principais grupos musculares. A avaliação do sistema locomotor também será realizada. Informações gerais: 3ª e 5ª feira das 9h às 12h e das 14h às 17h. Aulas: 2ª, 4ª e 6ª das 8h às 11h Avaliações Físicas: 3ª e 5ª das 14h às 17h

Jornadas Científicas do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício

www.cefid.udesc.br/nucleodecardiologia

Coordenador: Tales de Carvalho

Professores: 3

Bolsistas: Daiani Casagrande Pereira, Ingrid Fernandes, Lohana Cardoso do Amaral

Público alvo: Alunos de graduação e pós-graduação de instituições de Ensino Superior, e profissionais da área da saúde (Educação Física, Fisioterapia, Medicina, Enfermagem, Nutrição).

Descrição - O Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME) foi criado em 1991, no CEFID/UDESC. Nesses 19 anos desenvolveu programas de reabilitação de doenças crônico-degenerativas, atendendo cerca de 200pacientes/ano e auxiliando na formação/treinamento em média de 100 profissionais/ano. Tornou-se referência nacional em Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM) devido aos atendimentos à comunidade, formação de profissionais e desenvolvimento de pesquisas, tendo como foco principal o exercício físico na promoção da saúde. O NCME também desenvolve atividades relacionadas ao esporte competitivo. Nos últimos cinco anos, destacaram-se as pesquisas com atletas do IRONMAN de Florianópolis. As JORNADAS CIENTÍFICAS DO NCME ocorrem regularmente desde 2004 no CEFID/UDESC. A cada edição tornam-se mais expressivas em termos de público e de convidados. Em 2006, os convidados internacionais foram Dr. Peter Terry (Psicologia do Esporte - Universidade do Sul de Queensland - Austrália) e Dr. Joseph Niebauer (Reabilitação Cardíaca - Universidade Salsburg - Áustria). As JORNADA S CIENTÍFICAS do NCME objetiva dar visibilidade e incentivar o aprimoramento das atividades de pesquisas relacionadas à Medicina do Exercício, nas áreas temáticas: RCPM e Fisiologia do Exercício aplicada aos esportes de longa duração. Tem como meta despertar o interesse de outros profissionais na implantação de novos programas de RCPM. Esse projeto acontece duas vezes ao ano, no auditório do CEFID, em horários a definir.

Programa Ritmo e Movimento

www.cefid.udesc.br/ritmoemovimento

Coordenadora: Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Professores: Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, Joseani Paulini Neves Simas

Bolsistas: Alexandrina Gomes, Daniella Billo

Público alvo: Professores, alunos, funcionários dos Cefid e comunidade em geral.

Descrição - Este Programa de Extensão integra quatro ações de extensão, nomeadamente: Dança na Escola, Movimento, Grupo de Dança do CEFID/UDESC e X Mostra de Dança do CEFID/UDESC. O mesmo conta com duas bolsistas de 20 horas. Esse projeto acontece em: Ginásio 1 (grupo de dança, axé, dança de salão), Parque de Coqueiros (alongamento), Dança na Escola (Escola Almirante Carvalhal), Dança Terapia (Instituto São José)

Movimento Esportivo

www.cefid.udesc.br/esportesdecontato

Coordenador: Prof. Dr. Rudney da Silva

Professor: Rudney da Silva

Bolsistas: Igor de Jesus Alves, Julia de Almeida Weiss

Público alvo: O projeto tem como público alvo pessoas com deficiência intelectual e física. Para tanto, mantém parceria com a Fundação Catarinense de Educação Especial e com a Associação dos Pais, Amigos e Pessoas com Deficiência dos Funcionários do Banco do Brasil e da Comunidade (APABB/SC), responsável por indicar os participantes e pessoal técnico para o projeto na modalidade de natação.

Descrição - O projeto de extensão oferece à comunidade externa a prática de natação para pessoas com deficiências. As aulas são realizadas na piscina semi-olímpica do CEFID, três vezes por semana. As atividades vão desde a adaptação ao meio líquido até o aprimoramento para competições esportivas adaptadas. Esse projeto acontece às 13h30min as 16h00min, na piscina esportiva do CEFID.

Movimento Terapêutico

www.cefid.udesc.br/esportesdecontato

Coordenador: Prof. Dr. Rudney da Silva

Professor: Rudney da Silva

Bolsistas: Igor de Jesus Alves, Julia de Almeida Weiss

Público alvo: O projeto tem como público alvo pessoas com deficiência intelectual e física. Para tanto, mantém parceria com a Fundação Catarinense de Educação Especial e com a Associação dos Pais, Amigos e Pessoas com Deficiência dos Funcionários do Banco do Brasil e da Comunidade (APABB/SC), responsável por indicar os participantes e pessoal técnico para o projeto na modalidade de natação.

Descrição - O projeto de extensão oferece à comunidade externa atividades motoras adaptadas terapêuticas para pessoas com deficiências. As sessões de hidroterapia, hidroginástica e psicomotricidade aquática são realizadas na piscina terapêutica do CEFID, duas vezes por semana. As atividades vão desde a adaptação ao meio líquido até reabilitação neuropsicomotora. Esse projeto acontece às 17h40min as 19h00min, na piscina terapêutica do CEFID.

Movimento Marcial

www.cefid.udesc.br/esportesdecontato

Coordenador: Prof. Dr. Rudney da Silva

Professor: Rudney da Silva

Bolsistas: Igor de Jesus Alves, Julia de Almeida Weiss

Público alvo: Estudantes, professores, comunidade externa e pessoas com deficiência.

Descrição - O projeto de extensão oferece aulas de caratê gratuitas para estudantes da UDESC, professores, comunidade externa e pessoas portadoras de deficiências. As aulas são realizadas na sala de artes marciais do CEFID. Horários a definir.

PROGRAMA REABILITAR E INTEGRAR

www.cefid.udesc.br/reabilitareintegrar

Coordenadora: Profa. Dra. Soraia Cristina Tonon da Luz

Professores: Clarissa Medeiros da Luz, Gesilani Júlia da Silva Honório, Soraia Cristina Tonon da Luz

Bolsistas: Marilia Cavalli de Oliveira, Karla Thayse Kaestner, Julia Deitos, Ana Paula Adriano Queiroz

Público alvo: Ação 1- Mulheres com Incontinência Urinária e com disfunção sexual: vaginismo e dispareunia Ação 2- Mulheres com incontinência (educação em saúde) e mulheres que obtiveram a resolução do quadro de Incontinência Urinária - formação do grupo (cinesioterapia para o assoalho pélvico) para manutenção da continência urinária adquirida. Ação 3- Amputados de Membros Inferiores de quaisquer etiologias.

Descrição - Este programa possui três ações de extensão com o objetivo maior de Reabilitar e Integrar o público envolvido. A primeira ação destina-se ao atendimento de Mulheres com Incontinência Urinária e disfunção sexual. A segunda, refere-se a aplicação de exercícios para o assoalho pélvico (em grupo) para trabalhar a prevenção (educação em saúde) assim como, a manutenção da continência urinária adquirida após a alta fisioterapêutica. E a terceira ação é voltada à reabilitação multidisciplinar de indivíduos que sofreram uma amputação. Este programa possui relevância por diversas vertentes: primeiro, a responsabilidade social por proporcionar um tratamento conservador para incontinência urinária e disfunção sexual à inúmeras pacientes que não teriam acesso à Fisioterapia, segundo, o aprimoramento profissional atingido pela oportunidade de atuar em um Hospital-Maternidade diferenciada e integrada a uma equipe multidisciplinar, dentro de uma Instituição que é referência em Saúde da Mulher dentro do Estado de Santa Catarina. Acrescenta-se ainda, as ações destinadas à Reabilitação de pessoas que sofreram uma amputação, onde serão realizadas avaliações e atendimento específico para aprimoramento da marcha, equilíbrio, postura além de integração dos pacientes através de atividade física. As ações deste programa serão realizadas na

Maternidade Carmela Dutra e no Laboratório de Biomecânica do CEFID/UEDESC, nos períodos matutino e vespertino.

Hidroterapia para a Terceira Idade

www.cefid.udesc.br/hidroterapia

Coordenadora: Rita de Cássia Paula Souza

Professores: Giovana Zarpellon Mazo, Rita de Cássia Paula Souza

Bolsistas: Ana Carina Buogo Coan, Felipe Gustavo Schäefer de Araújo

Público alvo: *Pessoas inscritas no GETI.*

Descrição - O projeto de Hidroterapia para a Terceira Idade, em parceria do Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI) tem o objetivo de oportunizar aos idosos da comunidade o atendimento hidroterapêutico, bem como proporcionar benefícios biopsicossociais no processo de envelhecimento. Inicialmente os idosos serão avaliados cinético-funcionalmente e posteriormente será desenvolvido o planejamento da hidroterapia que utilizará o método Halliwick e as Técnicas Bad Ragaz, Ai-Chi e Hidrocinesioterapia. As sessões ocorrerão individualmente na piscina terapêutica do CEFID, duas vezes por semana, com duração de 1 hora cada. Esse projeto acontece às terças-feiras das 08h às 11h e sextas-feiras das 08h às 10h.

Fisioterapia Aquática

www.cefid.udesc.br/hidroterapia

Coordenadora: Rita de Cássia Paula Souza

Professores: Rita de Cássia Paula Souza

Bolsistas: Ana Carina Buogo Coan, Felipe Gustavo Schäefer de Araújo

Público alvo: *Pessoas realizando tratamento fisioterapêutico na Clínica Escola de Fisioterapia do CEFID, cuja fisioterapia aquática possa ser um complemento em busca da resolubilidade.*

Descrição - Este projeto tem como objetivo, oferecer atendimento de Fisioterapia Aquática aos pacientes da Clínica Escola de Fisioterapia do CEFID e oportunizar aos acadêmicos do curso a vivência prática nessa área de atuação. Através da supervisão dos fisioterapeutas participantes, os atendimentos acontecerão uma vez por semana na piscina terapêutica do CEFID/UEDESC, compreendendo técnicas específicas de terapia na água. Além dos atendimentos, os acadêmicos também participarão de reuniões semanais para estudo de caso e treinamento prático. Esse projeto acontece às segundas-feiras das 08h30 às 11h30 (pacientes) e quartas-feiras das 10h às 11h30 (alunos), na piscina terapêutica do CEFID.

II Encontro de Terapias Aquáticas de Santa Catarina

www.cefid.udesc.br/hidroterapia

Coordenadora: *Fernanda Simões Vieira Guimarães Torres*

Professores: 2

Bolsistas: Ana Carina Buogo Coan, Felipe Gustavo Schäefer de Araújo

Público alvo: *Professores e acadêmicos, praticantes ou interessados em Terapias Aquáticas.*

Descrição - O II Encontro de Terapias Aquáticas de Santa Catarina será realizado em 14 e 15/09/2012, sob a coordenação da professora Fernanda Simões Vieira Guimarães Torres e as colaborações da professora Rita de Cássia Paula Souza, da coordenadora da clínica escola de fisioterapia, Micheline Araújo Henrique da Luz Koerich. Com o objetivo de aprofundar o conhecimento e aperfeiçoar a gestão na área das Terapias Aquáticas, a proposta é criar um espaço para discutir desde os aspectos do cotidiano até os problemas mais emergenciais, sob diferentes pontos de vista, ou seja, reunir pesquisadores, professores, estudantes e gestores para uma discussão plural sobre o tema. Além disso, o evento pretende contribuir para o estreitamento da relação interuniversidades e disseminar a produção existente em Santa Catarina. A metodologia consiste em (1) Exposição dos debatedores seguida de discussão coletiva; (2) Apresentação de Poster; (3) Oficinas: trabalhos em que se apresentam, em roda, casos e situações para problematização e se pensam em desafios e soluções em plenária. Esse projeto acontecerá no dia 14/09/2012 das 18h às 22h e 15/09/2012 das 08h30 às 17h, no auditório e na piscina terapêutica do CEFID.

Projeto Inspiração

www.cefid.udesc.br/brincandoderespirar

Coordenadora: *Tatiana Godoy Bobbio*

Professores: Tatiana Godoy Bobbio

Bolsistas: Letícia Goulart Ferreira, Yessa do Prado Albuquerque

Público alvo: *pais, responsáveis e cuidadores de crianças e adolescentes com enfermidades cardíacas e respiratórias, bem como os próprios pacientes acima da idade escolar.*

Descrição - Inspiração: organização de eventos educativos na UBS, como palestras, treinamento aos pais e oficinas de orientação, sobre diferentes assuntos no âmbito da prevenção e cuidados com o quadro respiratório de crianças e adolescentes. Esse projeto acontece as terças e quintas das 13h30min às 16h, na clínica de Fisioterapia do CEFID.

Respire bem e cresça melhor

www.cefid.udesc.br/brincandoderespirar

Coordenadora: Tatiana Godoy Bobbio

Professores: Tatiana Godoy Bobbio

Bolsistas: Letícia Goulart Ferreira, Yessa do Prado

Público alvo: recém-nascidos, lactentes, crianças e adolescentes com enfermidades cardiorrespiratórias.

Descrição - acompanhamento e tratamento fisioterapêutico semanal, pré-agendado de acordo com diagnóstico e quadro do paciente. Esse projeto acontece as terças e quintas das 13h30min às 16hs, na clínica de Fisioterapia do CEFID.

RespiLar

www.cefid.udesc.br/brincandoderespirar

Coordenadora: Tatiana Godoy Bobbio

Professores: Tatiana Godoy Bobbio

Bolsistas: Letícia Goulart Ferreira, Yessa do Prado Albuquerque

Público alvo: Pais, responsáveis e cuidadores de crianças com afecções cardiorrespiratórias, e principalmente os próprios pacientes

Descrição - visitas domiciliares aos pacientes com o objetivo de promover atendimentos de fisioterapia respiratória, além de orientar e treinar pais/responsáveis sobre aspectos de prevenção e promoção da saúde respiratória. Esse projeto acontece às terças e quintas das 14:00 às 16hs, na clínica de Fisioterapia do CEFID.

Psicologia do exercício e saúde: um programa estruturado de caminhada no tratamento da síndrome da fibromialgia

www.cefid.udesc.br/psicologiadoexercicio

Coordenador: Alexandro Andrade

Professores: Alexandro Andrade, Magnus Benetti

Bolsistas: Guilherme Guimarães Bevilacqua, Emanuella Paiva

Público alvo: Pessoas com síndrome da fibromialgia.

Descrição - Este projeto tem como objetivo avaliar e tratar pessoas com Síndrome da Fibromialgia (SFM) a partir de uma abordagem multidisciplinar, sob o enfoque da Psicologia do Exercício. Participarão deste programa portador de SFM provenientes da Clínica de Fisioterapia do CEFID/UEDESC e da população em geral (Postos de Saúde, Hospitais, encaminhamentos médicos, etc.). Os interessados participarão da prática de caminhada e os participantes serão entrevistados quanto aos aspectos sócio-demográficos e clínicos. Sua evolução será registrada por meio de avaliações periódicas sobre dor, qualidade do sono, qualidade de vida, níveis de estresse, estados de humor, depressão, dados antropométricos e cardiorrespiratórios. Espera-se, com a realização deste projeto, amenizar os sintomas dos participantes portadores de SFM. Além disso, esta ação possibilita aos acadêmicos e profissionais associados uma integração entre as atividades de ensino, pesquisa e extensão. Possibilita aos estudantes de graduação a experiência de trabalhar na área da extensão

tratando os pacientes com o exercício físico, e na área da pesquisa com coleta de dados e elaboração de artigos científicos. Esse projeto acontece das 13h00min às 17h00min, no LAPE (Laboratório de psicologia do esporte e do exercício).

Psicologia do exercício e saúde: a prática de alongamento no tratamento da síndrome da fibromialgia

www.cefid.udesc.br/psicologiadoexercicio

Coordenador: *Alexandro Andrade*

Professores: *Alexandro Andrade*

Bolsistas: *Guilherme Guimarães Bevilacqua, Emanuella Paiva*

Público alvo: Pessoas portadoras da síndrome da fibromialgia

Descrição - Este projeto tem como objetivo avaliar e tratar pessoas com Síndrome da Fibromialgia (SFM) a partir de uma abordagem multidisciplinar (Educação Física e Fisioterapia) sob o enfoque da Psicologia do Exercício. Participarão deste programa portador de SFM provenientes da Clínica de Fisioterapia do CEFID/UDESC e da população em geral (Postos de Saúde, Hospitais, encaminhamentos médicos, etc.). Os interessados participarão da prática de alongamento. Os participantes serão entrevistados quanto aos aspectos sócio-demográficos e clínicos. Sua evolução será registrada por meio de avaliações mensais sobre dor, qualidade do sono, impacto na qualidade de vida, níveis de estresse, estados de humor e depressão, além de dados antropométricos e cardiorrespiratórios. Espera-se, com a realização deste projeto, aliviar os sintomas dos participantes portadores de SFM. Além disso, esta ação possibilita aos acadêmicos e profissionais associados uma integração entre as atividades de ensino, pesquisa e extensão. Esse projeto acontece das 13h00min às 18h00min, no LAPE (Laboratório de psicologia do esporte e do exercício).

Psicologia do exercício e saúde: a prática de musculação no tratamento de pacientes com síndrome da fibromialgia

www.cefid.udesc.br/psicologiadoexercicio

Coordenador: *Alexandro Andrade*

Professores: *Alexandro Andrade*

Bolsistas: *Guilherme Guimarães, Emanuella Paiva.*

Público alvo: Pessoas com síndrome da fibromialgia.

Descrição - Este projeto tem como objetivo propiciar a prática de musculação para pacientes com Síndrome da Fibromialgia (SFM) sob o enfoque da psicologia do exercício. Participarão deste projeto pacientes com SFM provenientes da comunidade em geral. Eles participarão de um treinamento de musculação com a frequência de três vezes por semana. Os participantes serão caracterizados quanto aos aspectos sócio-demográficos e clínicos. Sua evolução será registrada por avaliações sobre dor, qualidade do sono, impacto na qualidade de vida, níveis de estresse, depressão, estados de humor, dados antropométricos e cardiorrespiratórios. Espera-se, com a realização deste projeto, propiciar benefícios aos pacientes com SFM. Além disso, esta ação possibilita aos acadêmicos e profissionais uma integração entre as atividades de ensino, pesquisa e extensão. Esse projeto acontece das 13h00min às 17h00min, no LAPE (Laboratório de psicologia do esporte e do exercício).

Exercícios físicos e obesidade na adolescência: contribuições da Psicologia do Exercício

www.cefid.udesc.br/psicologiadoexercicio

Coordenador: *Alexandro Andrade*

Professores: Alexandro Andrade, Magnus Benetti

Bolsista: Guilherme Guimarães Bevilacqua, Darlan Bitencourt Martins.

Público alvo: *Adolescentes estudantes do 5º ano do ensino fundamental ao 3º ano do ensino médio.*

Descrição - O projeto de consiste na prática regular de exercícios físicos para adolescentes com diagnóstico de obesidade (IMC>30). Além do interesse na redução de peso e melhorias físicas dos participantes, o projeto tem enfoque especial nos possíveis benefícios psicológicos que a prática de exercícios físicos proporciona aos obesos. Os participantes realizarão exercícios aeróbios (caminhada), treinamento de força (musculação) e alongamentos duas vezes por semana nas dependências do CEFID/UDESC. A prática será prescrita por profissionais de Educação Física com experiência na área e acompanhada por alunos de graduação e pós-graduação. Antes do ingresso no programa de exercícios físicos, e ao final de cada oito sessões, os mesmos passarão por uma bateria de avaliações físicas e psicológicas visando acompanhar sistematicamente a evolução do participante. Esse projeto acontece às Terças e Quintas das 15:00h às 15:40h (Academia), das 15:40h às 16:30h (Pista de atletismo) e as avaliações (última semana do mês) às Terças e Quintas das 13:30h às 15:00h.

Aperfeiçoamento e Treinamento de Natação

www.cefid.udesc.br/aquaticas

Coordenadora: *Suzana Matheus Pereira*

Professores: Gustavo Ricardo Schutz, Helio Roesler, Suzana Matheus Pereira

Bolsistas: Marcelo de Oliveira Pinto

Público alvo: *O público-alvo do projeto compõe-se de indivíduos de ambos os sexos, com idade a partir de 13 anos*, que tenham domínio técnico dos 4 nados (Crawl, Costas, Peito e Borboleta).*

Descrição: A Natação, por ser uma das modalidades das mais completas, é considerada uma atividade de grande importância no desenvolvimento e aperfeiçoamento das capacidades motoras e físicas de jovens e adultos, justificando ações que estimulem a iniciação e o treinamento da modalidade. Por exigir condições de prática peculiares, a natação é considerada por muitos um esporte de elite e por isso é pouco difundida entre as diversas camadas da sociedade, principalmente pela falta de programas/projetos que oportunizem a prática sem ônus aos participantes. Este projeto tem por objetivo promover a prática da natação, tendo como público alvo sujeitos de ambos os sexos, com idade a partir de 13 anos, da região da Grande Florianópolis. Além da prática orientada, os participantes poderão contar com uma equipe formada por acadêmicos e professores para a elaboração de programas específicos de aperfeiçoamento técnico e de treinamento. As atividades do projeto contemplam, além das sessões diárias de treinamento realizadas na piscina do CEFID/UDESC, avaliações biomecânicas dos nados, saídas e viradas (numa parceria com pesquisadores do Laboratório de Pesquisas em Biomecânica Aquática), avaliações antropométricas e fisiológicas

(numa parceria com pesquisadores do Laboratório de Pesquisa Morfo funcional), e participação em campeonatos promovidos pela Federação Aquática de Santa Catarina. Esse projeto acontece: Segundas, quartas e sextas-feiras Das 8 horas às 12h30 e das 13h30 às 21h30 / Terças e quintas-feiras Das 8 horas às 13 horas e das 14h30 às 21h30. As inscrições deverão ser realizadas no Laboratório de Pesquisas em Biomecânica Aquática (anexo à piscina) do CEFID/UDESC, mediante preenchimento e assinatura da ficha de inscrição, apresentação de atestado médico que garanta a aptidão à prática de exercícios físicos e confecção da carteirinha da piscina, realizada no ambulatório do CEFID/UDESC com agendamento prévio.

Projeto Autonomia Aquática

www.cefid.udesc.br/aquaticas

Coordenadora: *Suzana Matheus Pereira*

Professores: Suzana Matheus Pereira

Bolsistas: Lorena Villa Verde-9926 1691 Gian Carlos Pereira- gian100m@hotmail.com - 9134 4861

Público alvo: O público alvo do projeto compõe-se de indivíduos portadores de necessidade especiais com controle de esfíncteres e um acompanhante.

Descrição: As crianças com disfunções neuromotoras e suas famílias exigem uma intervenção que contemple clinicamente a especificidade apresentada por elas, pois, os distúrbios no tônus muscular, postura e movimentação voluntária dificultam ou impedem o processo de aquisição de habilidades. Tal comprometimento pode interferir na função, dificultando o desempenho de atividades frequentemente realizadas por crianças com desenvolvimento normal. A conquista da autonomia funcional no solo é sabidamente dificultada pela ação da gravidade, já no ambiente aquático temos a água como facilitador. Suas propriedades singulares proporcionam aos profissionais opções de tratamento que seriam de outro modo difíceis ou impossíveis de implementar no solo. Entendemos a necessidade de cuidarmos dessa tríade que se estabelece a partir da criança, sua família e o tratamento. A presença da mãe e também do pai é fundamental para que a aposta seja feita, que estes se surpreendam com as aquisições de seus filhos, proporcionadas pela água. O aconchego oferecido pela temperatura aquecida da água e os efeitos causados pelas propriedades físicas, podem gerar sensações de relaxamento e prazer, estas muitas vezes desconhecidas pelo corpo adoecido e desinvestido. A terapia termo aquática vem como mediador para que o sucesso dessa tríade seja alcançado. Esse projeto acontece as quartas e sextas das 10h00minh as 12h00min, na piscina semi-olímpica do CEFID.

Programa de Atividades Aquáticas para a Comunidade

www.cefid.udesc.br/aquaticas

Coordenador: *Érico Felden Pereira*

Professores: 2

Bolsistas: Paulo André Medeiros de Oliveira surtadu@hotmail.com 48-84195519/30355408

Público alvo: Comunidade em geral com idade superior a 16 anos que tenha sido considerada apta para prática da natação ou hidroginástica.

Descrição: O Programa de Atividades Aquáticas para a Comunidade funciona nas instalações da piscina do CEFID/UDESC durante os horários vagos dos Cursos de Graduação em Educação Física e Educação Física Curricular. Atinge cerca de 140 pessoas que participam das aulas de natação e hidroginástica. O objetivo principal do programa é oferecer à comunidade em geral, a possibilidade de obtenção, recuperação e manutenção da aptidão física e da saúde através da prática atividades aquáticas dirigidas. O Programa proporciona aos acadêmicos do Curso de Educação Física, a oportunidade de desenvolver seus conhecimentos de forma prática, sob a orientação de professores especializados. As aulas têm duração de 50 minutos sendo oferecidos 2 turmas de hidroginástica e 4 turmas de natação. A metodologia adotada nas aulas de natação é a do moderno ensino da natação que compreende: adaptação ao meio líquido, ensino dos 4 nados, aperfeiçoamento e treinamento. Nas aulas de hidroginástica são privilegiadas atividades hidro-aeróbia, hidro-local, relaxamento e alongamento. O programa é gratuito, e as inscrições são feitas no início do ano, havendo o sorteio para preenchimento das vagas no final de cada semestre. Esse projeto acontece às segundas, terças, quartas e sextas, das 17:40 às 20:10.

Iniciação e Especialização na Modalidade de Atletismo

www.cefid.udesc.br/atletismo

Coordenador: *Fabrizio Caputo*

Professores: Fabrizio Caputo

Bolsistas: Lucas Sell Romão, Ana Claudia Maria de Jesus

Público alvo: *Os participantes deste projeto são crianças e adolescentes escolares de ambos os sexos com idade entre 07 e 18 anos da região da Grande Florianópolis, e também acadêmicos do CEFID/UDESC que integram a equipe universitária de atletismo desta instituição.*

Descrição: Com o objetivo de estimular a prática do atletismo, como forma de desenvolvimento das capacidades e habilidades motoras necessárias à criança e ao adolescente, o CEFID/UDESC mantém desde agosto de 2001 o projeto de extensão “Iniciação e Especialização na Modalidade de Atletismo”. O projeto é Coordenado pelo professor Dr. Fabrizio Caputo, tendo a participação de um bolsista. As atividades desenvolvem-se na pista atlética do CEFID/UDESC, de segunda à sexta-feira, das 13h30min às 17h30min. Os participantes estão divididos por idade: de 07 a 10 anos, de 11 a 15 anos e de 16 em diante e universitários. As atividades abrangem a iniciação e familiarização com as provas do atletismo, encaminhamento a provas afins e participação em competições, e àqueles que apresentarem interesse e predisposição, aperfeiçoamento e um treinamento voltado ao alto rendimento esportivo. Assim o projeto tem contribuído, para a educação de um estilo de vida ativo, a oportunidade de crescimento pessoal e desportivo das crianças e adolescentes. Também tem propiciado maior aproximação da Universidade com a comunidade, oportunizado aos acadêmicos e aos profissionais participantes, a vivência de atividades praticas com o atletismo e tem ainda, possibilitado a realização de pesquisas nas diversas áreas da Educação Física. Esse projeto acontece as segunda à sexta-feira, das 13h30min às 17h30min. Os participantes estão divididos por idade: de 07 a 10 anos, de 11 a 15 anos e de 16 em diante e universitários.

Atletismo para Pessoas com Deficiência

www.cefid.udesc.br/atletismo

Coordenador: Rudney da Silva

Professores: Rudney da Silva

Bolsistas: Lucas Sell Romão, Ana Claudia Maria de Jesus

Público alvo: O projeto contará com a participação efetiva de 15 a 20 deficientes (auditivos; visuais e mentais).

Descrição: O projeto atletismo para pessoas com deficiência, Coordenado pelo Prof. Fabrizio Caputo, objetiva sistematizar propostas pedagógicas de ensino em atletismo, como ferramenta veiculadora de integração e inclusão de jovens e adultos com deficiência da grande Florianópolis. Este projeto é de vital importância para a comunidade, porque segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 14,5% da população da grande Florianópolis, estimada em 390 mil habitantes apresentam algum tipo de deficiência. Portanto, o presente projeto vem a atender este público, oportunizando a prática esportiva e promovendo a saúde e qualidade de vida dos praticantes. As sessões de treinamento serão realizadas de segunda a sexta no horário das 14h00 às 18h00. Sendo pedido ao início do treinamento, um atestado médico, relatando qual a deficiência e permitindo a prática regular de atletismo.

Movimento Integral

www.cefid.udesc.br/integracao

Coordenadora: Debora Soccac Schwertner

Professores: Debora Soccac Schwertner

Bolsistas: Fabiana Pinheiro da Silva, Kamilla Zomkowski, Verônica Leonor França

Público alvo: ACADEMICOS DE FISIOTERAPIA E OUTROS CURSOS RELACIONADOS COM A SAÚDE

Descrição: Este projeto tem como principal objetivo aprimorar a formação profissional de agentes das áreas da saúde através de um estudo vivencial do seu próprio organismo em sua ampla complexidade. Tem como prioridade estimular aos acadêmicos de Fisioterapia a vivência prática de conteúdos teóricos, ministrados em disciplinas curriculares. Varias técnicas e leituras do corpo são utilizadas, porém sempre com o enfoque no auto-estudo. Assim, baseado em suas vivências o praticante é levado a refletir sobre seu próprio conceito de saúde, movimento, corporeidade, intervenção terapêutica. Com caráter vivencial, o participante experiencia práticas e manobras fisioterapêuticas, exercícios posturais em grupo, com estudo teórico dos conteúdos experienciados, fazendo assim a junção da teoria e prática. Esta vivência não só proporciona uma aproximação com a atividade profissional, como também faz com que o participante conheça os benefícios e dificuldades do ponto de vista de um paciente. Esse projeto acontece das 08h00min as 18h00min em local a ser definido.

Grupo Postura Corporal

Coordenadora: Debora Soccac Schwertner

Professores: Debora Soccac Schwertner, Lilian Gerdi Kittel Ries, Thaís Silva Beltrame

Bolsistas: Fabiana Pinheiro da Silva, Kamilla Zomkowski, Verônica Leonor França

Público alvo:

Descrição: O projeto de extensão Postura Corporal tem o objetivo de proporcionar aos participantes uma abordagem terapêutica de grupo. São realizados exercícios de correção postural (alongamento e fortalecimento muscular), trabalhos proprioceptivos, de consciência corporal e orientação postural. As atividades são desenvolvidas na sala de artes marciais do Cefid.

Cuidando da dor lombar

Coordenadora: *Debora Soccal Schwertner*

Professores: Debora Soccal Schwertner

Bolsistas: Fabiana Pinheiro da Silva, Kamilla Zomkowski, Verônica Leonor França

Público alvo:

Descrição: O projeto oferece um programa para pessoas com dor lombar crônica que inclui sessões em grupo de fisioterapia aquática. Os participantes do programa também assistem a palestras sobre a dor lombar, suas causas, tratamentos, dicas para prevenir o aumento dos sintomas e orientações sobre qualidade de vida.

Santas de casa que fazem milagres

www.cefid.udesc.br/integracao

Coordenadora: *Debora Soccal*

Professores: Debora Soccal Schwertner

Bolsistas: Fabiana Pinheiro da Silva - 88027824 Kamilla Zomkowski - 99144841

Público alvo: profissionais de fisioterapia e de áreas da saúde.

Descrição: O Projeto 'Santas de Casa - que fazem milagres', surgiu da necessidade de atualização de práticas e vivências terapêuticas, bem como da discussão de temas relacionados a terapias manuais e técnicas corporais, por parte de fisioterapeutas com capacitação nestas áreas; além de querermos demonstrar que fazemos na prática tudo o que recomendamos, e acreditamos, assim, para este grupo a 'casa de ferreiro tem espeto de ferro'. Teve início no início do ano de 2009 com 3 pessoas e atualmente conta com 8 participantes, com proposta de ampliarmos para 10 fisioterapeutas. O projeto ocorreu semanalmente com 2 horas – 1h prática e 1h de grupo de estudo e discussão da prática. A cada semana um profissional organizou a prática e os temas para discussão. O presente projeto visou o aperfeiçoamento e capacitação profissional, proporcionando ambientes de discussão e de análise crítica. Pretendeu ainda, incentivar a busca ao autoconhecimento e auto cuidado. Esse projeto acontece das 08h00min as 18h00min em local a ser definido.

Programa de Reabilitação Pulmonar

www.cefid.udesc.br/nureab

Coordenadora: Anamaria Fleig Mayer

Professores: Anamaria Fleig Mayer, Darlan Lauricio Matte

Bolsistas: Gustavo Gonçalves, Aline Almeida Gulart

Público alvo: Pacientes portadores de doença pulmonar obstrutiva crônica.

Descrição: A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma das principais causas de morbidade e mortalidade mundial, resultando em um importante impacto econômico e social. Esta doença compromete a capacidade funcional e a qualidade de vida dos pacientes. Com base nisto, aliado ao tratamento farmacológico, o programa de reabilitação pulmonar, baseado no treinamento de exercícios físicos, tem sido preconizado dentro da abordagem terapêutica de pacientes com DPOC, visto que acarreta benefícios físicos. Neste contexto, o presente Programa de Extensão busca oferecer à comunidade o projeto 'Programa de Reabilitação Pulmonar' direcionado a portadores de DPOC, visando a redução das limitações funcionais e a melhora na qualidade de vida. Esse projeto acontece às Segundas, quartas e sextas-feiras: das 13h00 às 15h00, na clínica de Fisioterapia do CEFID.

Projeto de Educação e Orientação para Pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica e seus Familiares

www.cefid.udesc.br/nureab

Coordenadora: Anamaria Fleig Mayer

Professores: Anamaria Fleig Mayer, Darlan Lauricio Matte

Bolsistas: Gustavo Gonçalves, Aline Almeida Gulart

Público alvo: Pacientes portadores de doença pulmonar obstrutiva crônica e seus familiares.

Descrição: A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma das principais causas de morbidade e mortalidade mundial, resultando em um importante impacto econômico e social. Esta doença compromete a capacidade funcional e a qualidade de vida dos pacientes. Com base nisto, aliado ao tratamento farmacológico, o programa de reabilitação pulmonar, baseado no treinamento de exercícios físicos, tem sido preconizado dentro da abordagem terapêutica de pacientes com DPOC, visto que acarreta benefícios físicos. Neste contexto, o presente Programa de Extensão busca oferecer à comunidade o projeto 'Programa de Reabilitação Pulmonar' direcionado a portadores de DPOC, visando a redução das limitações funcionais e a melhora na qualidade de vida. Associado a isso, será oferecido o projeto 'Educação e Orientação para Pacientes com DPOC e seus Familiares', que tem por objetivo oferecer educação e auto-manejo relacionado a aspectos da doença. Esse projeto acontece às quartas-feiras das 15hs às 16hs, na clínica de Fisioterapia do CEFID.

Grupo de Estudos em Reabilitação Pulmonar

www.cefid.udesc.br/nureab

Coordenadora: Anamaria Fleig Mayer

Professores: Anamaria Fleig Mayer, Darlan Lauricio Matte

Bolsistas: Gustavo Gonçalves, Aline Almeida Gulart

Público alvo: Alunos de graduação em fisioterapia e profissionais da saúde.

Descrição: A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma das principais causas de morbidade e mortalidade mundial, resultando em um importante impacto econômico e social. Esta doença compromete a capacidade funcional e a qualidade de vida dos pacientes. Com base nisto, aliado ao tratamento farmacológico, o programa de reabilitação pulmonar, baseado no treinamento de exercícios físicos, tem sido preconizado dentro da abordagem terapêutica de pacientes com DPOC, visto que acarreta benefícios físicos. O projeto 'Grupo de Estudos em Reabilitação Pulmonar' visa proporcionar aos acadêmicos da fisioterapia e profissionais de saúde a integração dos conhecimentos teóricos e práticos, possibilitando aos profissionais traçar estratégias de reabilitação direcionadas e eficientes para cada paciente. Esse projeto acontece às quartas-feiras das 16:15 às 17:15, no NuReab.

Visitas diagnósticas e avaliação funcional de portadores de seqüela de Acidente Vascular Cerebral

www.cefid.udesc.br/avc

Coordenadora: Stella Maris Michaelsen

Professores: Stella Maris Michaelsen

Bolsistas: Priscila Mari dos Santos, Manoela Cardoso Pivatto

Público alvo: Pessoas portadoras de seqüela de Acidente Vascular Cerebral (AVC) residentes nos Bairros Abraão, Coqueiros, Vila Aparecida e Estreito de Florianópolis, assim como os seus cuidadores.

Descrição: O projeto Visitas diagnósticas e avaliação funcional do portador de seqüela de acidente vascular cerebral (AVC) tem suas ações desenvolvidas nos Bairros Abraão e Vila Aparecida e Estreito nas proximidades do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte CEFID/UDESC – Florianópolis/SC desde 2008. As visitas incluem a avaliação das necessidades da população residente nos bairros acima citados, com visitas fisioterapêuticas diagnósticas onde será realizado o levantamento de pacientes apresentando seqüelas AVC. A visita é seguida de avaliação do nível de incapacidade dos pacientes, quando presente, orientação domiciliar e do estabelecimento do tipo de assistência indicada. As atividades serão divididas em três níveis dependendo do grau de comprometimento e da cronicidade da seqüela: (1) pacientes com seqüelas recentes que eventualmente não estejam recebendo atendimento especializado serão orientados a procurar as Unidades Locais de Saúde para encaminhamento ao atendimento oferecido pela Clínica Escola de Fisioterapia da UDESC incluindo avaliação/orientação fonoaudiológica; (2) pacientes com seqüelas antigas e com capacidade de locomoção serão encaminhados para o grupo de terapia/exercício que desenvolve as atividades nas dependências do CEFID; (3) os indivíduos acamados receberão visitas de acompanhamento. Esse projeto acontece às terças e quartas, das 08:00 às 12:00, nos bairros Abraão, Coqueiros, Vila Aparecida e Estreito.

Atendimento em grupo de portadores de seqüela de Acidente Vascular Cerebral (AVC)

www.cefid.udesc.br/avc

Coordenadora: *Stella Maris Michaelsen*

Professores: Stella Maris Michaelsen

Bolsistas: Priscila Mari dos Santos, Manoela Cardoso Pivatto

Público alvo: *Portador de seqüela de acidente vascular cerebral (AVC) com capacidade de locomoção independente.*

Descrição: O projeto Atendimento em grupo de portadoras de seqüela de AVC é uma das ações do Programa Atenção a saúde do portador de seqüela de acidente vascular cerebral (AVC) e terá suas ações desenvolvidas nas dependências do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte CEFID/UDESC – Florianópolis/SC. Os pacientes encaminhados a partir da visita domiciliar ou a partir da Clínica Escola de Fisioterapia do CEFID irão participar das atividades de atendimento em grupo baseado na abordagem orientada a tarefa, desenvolvido duas vezes por semana nas dependências do CEFID ou do grupo de exercícios três vezes por semana. Esse projeto acontece: Grupo Atividade Orientada a Tarefa (TOT)- segunda e quarta 15h00min-16h00min e Grupo de Atividade Física (AF)- segunda, quarta e sexta das 16h00min-17h00min, no CEFID.

Acesso as avaliações e ao atendimento de fisioterapia para pacientes com sequela de AVC

www.cefid.udesc.br/avc

Coordenadora: *Stella Maris Michaelsen*

Professores: Stella Maris Michaelsen

Bolsistas: Priscila Mari dos Santos, Manoela Cardoso Pivatto

Público alvo: *Pacientes com sequela de Acidente Vascular Cerebral (AVC) com capacidade de deambulação, mas dificuldade de acesso ao transporte público.*

Descrição: Trata-se da contratação de empresa prestadora de serviços especializados em fretamento de van para proporcionar meio de acessibilidade ao atendimento de fisioterapia e participação no projeto de Extensão de Atendimento em grupo para pacientes com sequela de AVC oferecido pela Universidade. Além de disponibilizar transporte para a equipe para realização de avaliações e orientações domiciliares para pacientes com sequela de Acidente Vascular Cerebral. Esse projeto acontece às segundas e quartas, ida ao CEFID 14:00, saída do CEFID 17:15.

ESCOLA DE INICIAÇÃO AO BASQUETEBOL

www.cefid.udesc.br/basquetebol

Coordenador: PAULO HENRIQUE XAVIER DE SOUZA

Professores: PAULO HENRIQUE XAVIER DE SOUZA

Bolsistas: Diego Krauser Formighieri, Lucas Rolim de Carvalho

Público alvo: Escolares

Descrição: O projeto oferece aulas de iniciação e treinamento ao basquetebol para crianças e adolescentes matriculados em escolas públicas (estaduais e municipais) e privadas de Florianópolis. As aulas são realizadas no complexo esportivo do Instituto Estadual de Educação (IEE), escola pública estadual parceira do projeto, no Centro de Florianópolis. Esse projeto acontece às SEG/QUA/SEX - DAS 14h30min AS 17h00min, no ginásio do instituto estadual de educação.

INTEGRAÇÃO PELO ESPORTE ADAPTADO- BASQUETEBOL

www.cefid.udesc.br/basquetebol

Coordenador: Paulo Henrique Xavier de Souza

Professores: Paulo Henrique Xavier de Souza

Bolsistas: Diego Krauser Formighieri, Lucas Rolim de Carvalho

Público alvo: Pessoas com deficiência física

Descrição: O projeto de extensão trabalha a inclusão social por meio de atividades esportivas para pessoas com deficiência física, na modalidade de basquetebol sobre rodas. São desenvolvidos aspectos técnicos, táticos, regulamentares e sociais. As aulas ficam a cargo de profissionais da Associação Florianopolitana de Deficientes Físicos (Aflodef), parceira do projeto. A prática do esporte é feita na quadra esportiva do Instituto Federal de Educação Tecnológica de Santa Catarina (IF-SC), no Centro de Florianópolis. Outras atividades são desenvolvidas nas dependências do CEFID (Academia de Musculação e Clínica Escola de Fisioterapia). Esse projeto acontece às SEG/QUA/SEX - DAS 19h00min AS 22h00min, no ginásio da escola de aprendiz de marinheiro.

Programa de Iniciação Esportiva – Basquetebol

www.cefid.udesc.br/basquetebol

Coordenador: PAULO HENRIQUE XAVIER DE SOUZA

Professores: Paulo Henrique Xavier de Souza

Bolsistas: Diego Krauser Formighieri, Lucas Rolim de Carvalho

Público alvo: Crianças e adolescentes matriculadas na rede pública e particular de ensino

Descrição: O projeto oferece aulas de iniciação ao basquetebol para crianças e adolescentes matriculados em escolas públicas (estaduais e municipais) e privadas de Florianópolis. As aulas são realizadas no Ginásio 2 do CEFID, com duração de uma hora, três vezes por semana para os meninos e duas vezes por semana para as meninas. Os alunos são divididos em três faixas etárias: · 8 a 10 anos – Atividades recreativas, buscando desenvolver

habilidades motoras e o interesse pelo basquetebol. · 11 e 12 anos – Iniciação em atividades básicas do esporte, trabalhando os fundamentos e algumas regras. · 13 a 16 anos – Aperfeiçoamento das técnicas da modalidade, reconhecimento de gestos técnicos e das regras do basquetebol. Esse projeto acontece: TURMA 1 : SEG/QUA/SEX - DAS 13:45 AS 14:45
TURMA 2 : SEG/QUA/SEX - DAS 14:45 AS 15:45
TURMA 3 : TER/QUI - 14:30 AS 16:00
TURMA 4 : TER/QUI - 16:00 AS 17:30, todos no G2 do CEFID.

NETVOLEI - Treinamento e Participação em competições das Equipes Adulto

www.cefid.udesc.br/netvolei

Coordenador: *Fernanda Bleyer*

Professores: Fernanda Tolentino de Souza Bleyer

Bolsistas: Juliano Volpato Osorio

Público alvo: Acadêmicos universitários e comunidade em geral

Descrição: A equipe do NETVOLEI/UEDESC surgiu em virtude do interesse de acadêmicos e ex-atletas da comunidade, da Grande Florianópolis, em praticar voleibol e participar de competições em nosso Estado e Região. As atividades serão realizadas sextas no Ginásio III do CEFID e abrangeram os naipes femininos e masculinos. As competições alvo são jogos universitários, jogos da UDESC, JASC entre outras. O trabalho que começou com um grupo pequeno, formado apenas por acadêmicos da UDESC e UFSC, conta hoje com a presença de pessoas da comunidade (ex-atletas) comandada pelo acadêmico bolsista da extensão, coordenada pela professora Fernanda Bleyer. Em 2012 pretendemos dar continuidade as atividades já esperadas pela comunidade. Esse projeto acontece às sextas, das 19:00 as 22:00, no G3 do CEFID.

NETVOLEI - Treinamento e Participações em Competições das Equipes de Base Masculina

www.cefid.udesc.br/netvolei

Coordenadora: *Fernanda Bleyer*

Professores: Fernanda Tolentino de Souza Bleyer

Bolsistas: Juliano Volpato Osorio

Público alvo: Crianças e adolescentes com idade de 12 a 18 anos do sexo masculino.

Descrição: A equipe do NETVOLEI/UEDESC surgiu em virtude do interesse de adolescentes, da Grande Florianópolis, em praticar voleibol e participar de competições em nosso Estado e Região. A cidade de Santo Amaro da Imperatriz e a UDESC a cinco anos formaram uma parceria para oferecer treinamento as categorias de base deste município e representá-lo nas em competições. Santo Amaro da Imperatriz abraça os treinamentos masculinos. As atividades são realizadas de segunda a sextas no Ginásio Municipal de Santo Amaro da Imperatriz.

Abrangem as categorias pré-mirim, mirim e Infanto-Juvenil. Durante este pequeno período, muitos caminhos foram percorridos, muitos obstáculos superados e muitas vitórias alcançadas consagrando-se campeão no masculino, categoria infanto-juvenil na copa ADESC em 2011. O trabalho que começou com um grupo pequeno, formado apenas crianças e adolescentes, conta hoje com a presença de aproximadamente 150 praticantes nas categorias de base no NETVOLEI/UEDESC em Santo Amaro. Os treinamentos são ministrados pelo Professor Eduardo Silveira Costa. (bolsista voluntario) coordenados pela professora Fernanda Bleyer. Em 2012 pretendemos dar continuidade as atividades já esperadas pela comunidade. Esse projeto acontece de Segunda a Sexta feira das 14h às 18h, no Ginásio Municipal de Sto. Amaro da Imperatriz.

NETVOLEI - Treinamento e Participação em Competições das Equipes de Base Feminina

www.cefid.udesc.br/netvolei

Coordenadora: Fernanda Bleyer

Professores: Fernanda Tolentino de Souza Bleyer

Bolsistas: Juliano Volpato Osorio

Público alvo: Crianças e adolescentes

Descrição: A equipe do NETVOLEI/UEDESC surgiu em virtude do interesse adolescentes, da Grande Florianópolis, em praticar voleibol e participar de competições em nosso Estado e Região. Em 2006 demos início ao treinamento para adolescentes de Florianópolis no CEFID/UEDESC nas categorias de base mirim, infantil e infanto-juvenil feminina. Mas continuamos com escolinhas nessas categorias. As atividades serão realizadas de segunda a sexta no Ginásio III do CEFID. Durante este pequeno período, muitos caminhos foram percorridos, muitos obstáculos superados e muitas vitórias alcançadas consagrando-se campeã da etapa classificatória da OLESC. O trabalho que começou com um grupo pequeno, formado apenas crianças e adolescentes, conta hoje com a presença de aproximadamente 200 praticantes nas categorias de base no NETVOLEI/UEDESC, os treinos são ministrados pelo Professor Renato Back (bolsista voluntário) e o bolsista de extensão, todos coordenados pela professora Fernanda Bleyer. Em 2012 pretendemos dar continuidade as atividades já esperadas pela comunidade. Esse projeto acontece das 14hs às 17h40min, no G3 do CEFID.

Rugby para acadêmicos e comunidade

Programa Esportes de Contato

Atleta cidadão

GINÁSTICA NA ESCOLA

www.cefid.udesc.br/ginasticaritmica

Coordenadora: Maria Helena Kraeski

Professores: Ana Claudia Kraeski, Maria Helena Kraeski, Raquel Petry dos Santos

Bolsistas: Vanessa Kume, Brunna Maila dos Santos

Público alvo: O projeto destina-se ao atendimento de alunos da Escola de Aplicação das turmas do pré-escolar, 1º e 2º séries do Ensino Fundamental do turno matutino.

Descrição: Este projeto caracteriza-se como uma atividade de extensão universitária, tendo como objetivo proporcionar aos alunos do Instituto Estadual de Educação uma prática diferenciada nas aulas de Educação Física, desenvolvendo as habilidades motoras auxiliando no desenvolvimento global das crianças, além de despertar na criança o gosto pela prática de atividades esportivas. O projeto destina-se ao atendimento de 100 crianças matriculadas na Escola de Aplicação das turmas do pré-escolar, 1ª e 2ª séries do Ensino Fundamental do turno matutino. As aulas acontecerão na quadra de ginástica rítmica, orientadas por um professor de Ginástica Rítmica do Departamento de Esporte Escolar do IEE e um bolsista do CEFID, as atividades serão coordenadas e orientadas pela Coordenadora do Projeto. Cada turma terá aula uma vez por semana, o professor de Educação Física da turma deverá acompanhar a turma nas aulas de ginástica. As atividades que serão desenvolvidas são bastante generalizadas e tem como principal objetivo o desenvolvimento das qualidades físicas e psicomotoras básicas, fundamentais na ginástica e que também servirão de base para a iniciação em outras modalidades esportivas. As aulas acontecerão na quadra de ginástica rítmica, orientadas por um professor de Ginástica Rítmica. Cada turma terá aula uma vez por semana, o professor de Educação Física da turma deverá acompanhar a turma nas aulas de ginástica.

ESCOLA DE INICIAÇÃO A GINÁSTICA RÍTMICA

www.cefid.udesc.br/ginasticaritmica

Coordenadora: Maria Helena Kraeski

Professores: Ana Claudia Kraeski, Maria Helena Kraeski, Raquel Petry dos Santos

Bolsista: Brunna Maila dos Santos

Público alvo: O projeto destina-se ao atendimento de meninas da comunidade com idade compreendida entre 06 e 16 anos.

Descrição: Este projeto caracteriza-se como uma atividade de extensão universitária, tendo como objetivo a iniciação e a prática esportiva; detecção e fomento de talentos esportivos; assim como a formação, capacitação e qualificação de pessoas para atuarem na área. O projeto destina-se ao atendimento de 214 meninas da comunidade com idade compreendida entre 6 a 16 anos. O trabalho de formação de ginastas pode ser assim visualizado: Grupos de preparação inicial: participam deste grupo todas as crianças inscritas no projeto, as atividades aqui desenvolvidas são bastante generalizadas e tem como principal objetivo o desenvolvimento da qualidade física e psicomotora básicas; Grupos de iniciação esportiva para a ginástica Rítmica: dos grupos de preparação inicial são selecionadas algumas crianças para iniciarem a preparação específica, este grupo é formado por meninas com idade entre 09 e 15 anos, estas crianças tem seu trabalho direcionado a formação de jovens atletas. Grupos de aperfeiçoamento desportivo fazem parte deste grupo meninas com idade compreendida entre 10 a 16 anos, que passaram pelos grupos anteriores, o objetivo deste grupo é a iniciação das

ginastas para as competições. As aulas serão realizadas duas vezes por semana para os dois primeiros grupos e três vezes para o grupo de aperfeiçoamento desportivo. As turmas funcionam pela manhã e tarde, no IEE.

APERFEIÇOAMENTO EM GINÁSTICA RÍTMICA

www.cefid.udesc.br/ginasticaritmica

Coordenador: *Aluísio Otávio Vargas*

Professores: Ana Claudia Kraeski, Maria Helena Kraeski, Raquel Petry dos Santos, Michele de Souza, Renildo Nunes

Bolsistas: Vanessa Kume

Público alvo: *O projeto destina-se a atender 40 meninas pré selecionadas que formam a equipe de Ginástica Rítmica da ADIEE/UDESC/FME de Florianópolis, distribuídas nas categorias, pré infantil, infantil, juvenil e adulto.*

Descrição: Este projeto caracteriza-se como uma atividade de extensão universitária, apresentando os seguintes objetivos: Objetivo Geral: Este projeto tem como objetivo a o aperfeiçoamento desportivo em ginástica Rítmica. Objetivos Específicos: * Contribuir para o aperfeiçoamento técnico da equipe * Vincular o nome da UDESC, a equipe de Ginástica Rítmica da ADIEE/FME de Florianópolis;. * Proporcionar aos acadêmicos do CEFID/UDESC a interlocução teoria/prática no âmbito do curso, contribuindo com o desenvolvimento da formação acadêmica, oportunizando um espaço de produção de novos saberes nas várias áreas. * Criar um campo de formação de novos profissionais (especialização) para aturem com esta modalidade A equipe de Ginástica Rítmica da ADIEE/FME de Florianópolis é formada por 40 meninas, distribuídas nas categorias, pré infantil, infantil, juvenil e adulto. O treinamento das categorias juvenil e adulto é realizado de segunda a sexta no período vespertino e aos sábados no período matutino e vespertino, enquanto as categorias pré infantil e mirim realizam seus treinamentos nas segundas, quartas e sextas no período vespertino. O treinamento é dividido em sessões, sendo que cada profissional é responsável pela avaliação, planificação e orientação de suas atividades. Uma vez por semana a equipe se reúne para avaliar e reorganizar o treinamento. O treinamento das categorias juvenil e adulto é realizado de segunda a sexta no período vespertino e aos sábados no período matutino e vespertino, enquanto as categorias pré infantil e mirim realizam seus treinamentos nas segundas, quartas e sextas no período vespertino.

Núcleo de Psicologia

www.cefid.udesc.br/psicologia

Coordenadora: *Enira T. Braghirolli Damin*

Professores: Enira T. Braghirolli Damin

Bolsistas: Yolanda Gonçalves da Silva Fontes (48) 96433020 yolandafontes@gmail.com

Público alvo: *Interno - Alunos de graduação, pós-graduação, professores e técnicos do CEFID/UEDESC. Externo - Pacientes da Clínica de Fisioterapia do CEFID/UEDESC, funcionários terceirizados de serviços gerais(CEFID) e da comunidade.*

Descrição: O papel fundamental da Psicologia é o de levar o ser humano a se conhecer e se compreender, de modo que a partir desta compreensão ele poderá adotar uma postura diferente e mais saudável diante da vida. A Psicologia deve manter um compromisso de auxiliar a pessoa a viver melhor, conhecendo e desenvolvendo suas potencialidades. O NAP tem como objetivo propiciar serviços de apoio, acolhimento e orientação psicológica à comunidade do CEFID. O "Núcleo de Psicologia" pretende atuar também como base de apoio teórico, técnico e metodológico a projetos de pesquisa, e de extensão relacionados ao comportamento humano, quando solicitados. Para tanto vem realizando as seguintes atividades: Grupos Temáticos - Atendimento Psicológico em Grupo; Apoio Psicológico à comunidade do CEFID; Núcleo de Avaliação Psicológica; II Ciclo de Debates. Educação Sexual - Diálogos Necessários; Arte e Vivência, pretendendo abranger, em sua totalidade, 426 pessoas. Esse projeto acontece: * Grupos Temáticos - Atendimento Psicológico em Grupo - Nas quintas-feiras, frequência quinzenal - horário das 11h00 às 12h00. A partir do dia 15 de março de 2012. / * Apoio Psicológico à comunidade do CEFID - As consultas serão previamente marcadas com a bolsista. / * Núcleo de Avaliação Psicológica - Segundas-feiras das 08h20 as 10h00. - Terças-feiras das 08h20 às 12h00 e das 13h00 às 16h00. / * II Ciclo de Debates. Educação Sexual - Diálogos Necessários. Frequência mensal Datas: 19/03/2012, 24/04/2012, 23/05/2012, 21/06/2012, 23/08/2012, 17/09/2012, 17/11/2012. (a confirmar) Horário: Das 19h00 às 22h00. / * Arte e Vivência - Frequência mensal, quintas-feiras a partir de Abril, das 14h00 às 16h00.

Cognição e Motricidade

www.cefid.udesc.br/cem

Coordenadora: *Silvia Rosane Parcias*

Professores: Joseani Neves Simas e Silvia Rosane Parcias

Bolsistas: Camila da Cruz Ramos de Araújo

Público alvo: *Idosos cadastrados no Centro de Atenção à Terceira Idade (Cati), no município de São José.*

Descrição: Projeto de extensão Cognição e Motricidade oferece intervenções de estimulação cognitiva e motora a idosos cadastrados no Centro de Atenção à Terceira Idade (Cati), no município de São José, na Grande Florianópolis. As atividades do projeto atuam na prevenção do declínio cognitivo e motor, promovem e mantêm a capacidade funcional e qualidade de vida dos idosos e estimula hábitos de vida saudáveis e a integração com a comunidade e a universidade. Esse projeto acontece as segundas a sextas das 13h00min as 17h00min, no CATI/SJ.

Projeto de Extensão Bioquímica Preventiva

www.cefid.udesc.br/bioquimica

Coordenadora: Monique da Silva Gevaerd

Professores: Monique da Silva Gevaerd, Noé Gomes Borges Junior, Susana Cristina Domenech

Bolsistas: Aline Dandara Rafael

Público alvo: O Projeto de Extensão Bioquímica Preventiva está aberto para a comunidade em geral, a partir de 18 anos de idade. Para participar basta fazer o agendamento pelo fone de contato e estar em jejum no dia da coleta de sangue.

Descrição: O Projeto de Extensão 'Bioquímica Preventiva' tem como finalidade o desenvolvimento de ações para a prevenção da Síndrome Metabólica (SM). A SM é um transtorno complexo, representado por um conjunto de fatores de risco para o desenvolvimento de complicações cardiovasculares. Atualmente, é considerada uma epidemia crescente de doenças crônicas como: obesidade, diabetes mellitus e hipertensão arterial. Os critérios para o diagnóstico da SM são obesidade abdominal, verificada através da circunferência abdominal (homens > 90 cm e mulheres > 80 cm) e mais dois dos seguintes fatores: pressão arterial >130mmHg ou >85mmHg, glicemia >100mg/dL, triglicerídeos >150mg/dL, HDL-colesterol nos homens. Esse projeto acontece: Segunda, Terça, Quarta e Sexta das 08h as 12h, no Laboratório de Análises Multisetorial no CEFID.

Fisioterapia Desportiva

www.cefid.udesc.br/fisioterapiadesportiva

Coordenador: Mayco Morais Nunes

Professores: Elisabete Maria de Oliveira e Mayco Morais Nunes

Bolsistas: Valentine Zimmermann Vargas

Público alvo: Atletas profissionais e amadores que necessitem de atenção fisioterapêutica.

Descrição: O Projeto de Extensão Fisioterapia Desportiva consiste em um grupo formado por professores, fisioterapeutas e acadêmicos do Curso de Fisioterapia da UDESC que presta serviços de Fisioterapia a atletas profissionais e amadores que são encaminhados à Clínica Escola de Fisioterapia do CEFID/UDESC. No ano de 2011, o projeto atendeu 46 atletas praticantes de diversas modalidades, efetuou 95 avaliações e prestou 818 atendimentos. Sendo as suas ações voltadas tanto para a prevenção quanto a reabilitação de lesões advindas da prática desportiva. Esse projeto acontece de segunda a sexta-feira das 17:30 às 21:30 horas, na clínica de Fisioterapia.

Projeto de Extensão ARTRATIVA

www.cefid.udesc.br/artrativa

Coordenadora: Monique da Silva Gevaerd

Professores: Monique da Silva Gevaerd, Noé Gomes Borges Junior, Susana Cristina Domenech

Bolsistas: Karine Kulkamp de Souza

Público alvo: Indivíduos da comunidade, maiores de 18 anos, que apresentem diagnóstico clínico de Artrite Reumatóide.

A princípio, em função da participação da médica reumatologista do Núcleo de Reumatologia do Hospital Universitário da UFSC e da Prefeitura Municipal de Florianópolis, na equipe do presente projeto, serão atendidos os pacientes com AR, encaminhados pela mesma. Adicionalmente, em decorrência da existência de uma Clínica Escola de Fisioterapia no CEFID/UDESC, também poderão ser incluídos no projeto os pacientes com AR atendidos no referido setor. Por fim, também poderão ser atendidos os pacientes com AR da Clínica Escola da UNISUL, uma vez que existe a participação de fisioterapeutas representantes deste setor, na equipe do projeto.

Descrição: O Projeto ARTRATIVA está voltado para pacientes com Artrite Reumatóide (AR). A AR é uma doença auto-imune, caracterizada pela destruição das articulações, com conseqüente redução da função articular. As principais queixas são dor e rigidez em múltiplas articulações. Estas manifestações diminuem a capacidade aeróbia e as habilidades funcionais, aumentam a ansiedade, reduzem a auto-estima e geram depressão, prejudicando a qualidade de vida dos pacientes. Estudos têm demonstrado que a participação em programas de atividade física reduz o impacto da doença, quanto às disfunções físicas e habilidades funcionais, incrementando a qualidade de vida dos mesmos. Portanto, a presente proposta pretende disponibilizar à comunidade, a possibilidade de participação em diferentes programas de exercício físico (hidrocinesioterapia, cinesioterapia e exercícios resistidos), específicos para indivíduos com AR. Adicionalmente, será oferecido um acompanhamento clínico-laboratorial, referente à avaliação da história clínica, exames físicos, estado de humor, qualidade de vida e exames bioquímicos integrantes do diagnóstico da AR, bem como, avaliação do perfil glicêmico e lipídico. Por fim, acredita-se que a implantação de medidas terapêuticas visando a conscientização da comunidade, a realização de exames periódicos e a prática regular de exercício físico, possa reduzir os custos no tratamento e melhorar a qualidade de vida de indivíduos com AR. Esse projeto acontece Terça e quarta-feira: Avaliações clínicas laboratoriais, 08h - 12h. / Segunda, quarta e sexta-feira: Hidroterapia, 15h30 - 16h20 e 16h30 - 17h20, Laboratório de Análises Multisetorial (MULTILAB) e Laboratório de Instrumentação (LABIN) do CEFID/UDESC.

Programa estruturado de intervenção para promoção da saúde de crianças com risco de desenvolvimento físico e motor

www.cefid.udesc.br/desenvolvimento infantil

Coordenadora: Thais Silva Beltrame

Professores: Thais Silva Beltrame

Bolsistas: Janine Aryadine Espindola

Público alvo: O projeto será voltado para crianças que apresentam dificuldades motoras ou índices de sobrepeso e obesidade, moradores da região da grande Florianópolis.

Descrição: Este projeto tem como objetivo principal oferecer um programa de prática de atividades físico/recreativas sistematizadas para crianças com indicadores de risco ao desenvolvimento motor (dificuldades motoras) e físico (sobrepeso/obesidade), visando potencialização do desenvolvimento motor e físico, bem como a promoção da saúde. Participarão do projeto crianças com sobrepeso/obesidade e com indicativos de dificuldades motoras, residentes e matriculados em escolas nas regiões próximas ao Centro de Ciências da Saúde e do Desporto (CEFID) da Universidade do estado de Santa Catarina. As crianças cujos pais se interessarem na participação no projeto terão avaliadas suas condições de aptidão física relacionada à saúde e desempenho motor, estado nutricional, coordenação motora e percepção de competência física. As atividades serão realizadas de acordo com as especificidades das crianças com sobrepeso/obesidade e com dificuldades motoras, visando atender as necessidades de cada grupo. Espera-se com a realização do projeto conscientizar as crianças sobre a importância de hábitos de vida saudáveis e na diminuição e manutenção de um peso ideal para a saúde, bem como amenizar as dificuldades motoras, necessárias para a realização de atividades recreativas e da vida diária. Esse projeto acontece Segunda à sexta 14:00 às 17:30h, no LADADE.

Reabilitação Pós Câncer Ginecológico

www.cefid.udesc.br/reabilitacaoposcancer

Coordenadora: *Clarissa Medeiros da Luz*

Professores: Clarissa Medeiros da Luz, Fabiana Flores Sperandio, Soraia Cristina Tonon da Luz

Bolsistas: Lisandra Fossari Iwersen, Gabriella Franzoni da Silveira

Público alvo: *Mulheres usuárias do Sistema Único de Saúde com diagnóstico de câncer ginecológico, que foram submetidas à cirurgia e/ou radioterapia e que apresentam complicações funcionais em decorrência do tratamento. Familiares das pacientes com complicações do Câncer Ginecológico; Alunos dos PPG do CEFID/UEDESC; Acadêmicos do Curso de Fisioterapia interessados em participar das ações de extensão e projetos de pesquisa; Fisioterapeutas voluntários interessados em participar das ações de extensão e projetos de pesquisa; Profissionais de saúde convidados de instituições parceiras.*

Descrição: O câncer ginecológico é uma doença é limitante, impactante nos domínios físico, emocional, social e laboral. Atinge a feminilidade de modo sui generis ao abarcar as funções urogenitais da mulher e, por conseguinte, de sua sexualidade, além daquelas inerentes a diminuição da funcionalidade dos membros inferiores em decorrência da instalação de um linfedema. Entretanto resta imprecisão no tocante ao entendimento funcional das morbidades associadas ao seu tratamento, assim como segue carente o acesso ao tratamento público e gratuito destas complicações funcionais. Apesar de a fisioterapia fazer parte do padrão ouro internacional para o tratamento das disfunções do assoalho pélvico e linfáticas, o Sistema Único de Saúde (SUS), em nível nacional, não oferece esse tratamento de maneira normatizada, evidenciando a falta de assistência a essas mulheres no período pós tratamento do câncer ginecológico. O projeto de extensão em questão presta atendimento fisioterapêutico de forma gratuita na instituição que é referência em Saúde da Mulher no Estado de Santa Catarina, em uma área carente de serviços especializados, como é o caso da Fisioterapia Pós Câncer Ginecológico. O acompanhamento e reabilitação dessas pacientes favorecem o desenvolvimento de pesquisas relativas às repercussões do tratamento cirúrgico e radioterapêutico em mulheres acometidas por câncer ginecológico, considerando as disfunções

do assoalho pélvico, as disfunções sexuais, o linfedema de membros inferiores e à determinação de prevalência dessas complicações e à investigação do impacto dessas complicações sobre a qualidade de vida das mulheres em questão. Assim, espera-se também elaborar uma proposta com recomendações e estratégias de prevenção e tratamento das complicações avaliadas. Os conhecimentos desenvolvidos no decorrer do projeto serão incorporados a disciplinas de graduação e de pós-graduação em Fisioterapia da UDESC, contribuindo para a formação de recursos humanos na área. Ainda, pretende-se com o projeto despertar o interesse das políticas públicas de saúde no sentido de estimular uma assistência específica e direcionada à reabilitação deste coletivo de pacientes em pós tratamento de câncer ginecológico. Esse projeto acontece das 08hs às 12hs e das 13hs às 17hs, no ambulatório da MCD.

Orientação domiciliar para pais e cuidadores de crianças com paralisia cerebral

www.cefid.udesc.br/paralisiacerebral

Coordenadora: *Fernanda Romaguera Pereira dos Santos*

Professores: *Fernanda Romaguera Pereira e Tatiana Godoy Bobbio*

Público alvo: *Pais ou cuidadores de crianças com diagnóstico de paralisia cerebral*

Descrição: Trata-se de um Projeto de Extensão em Saúde (área de conhecimento da Fisioterapia), intitulado “Orientação domiciliar para pais e cuidadores de crianças com Paralisia Cerebral”. O projeto será oferecido durante 10 meses (de março a dezembro de 2012) e terá a participação de acadêmicos do curso de fisioterapia da UDESC e de fisioterapeutas e profissionais de saúde da Fundação Catarinense de Educação Especial (FCEE), em São José (SC). O objetivo é oferecer aos pais e cuidadores das crianças atendidas pela FCEE informações relevantes para o cuidado e a estimulação adequada das potencialidades destas crianças no ambiente doméstico. A metodologia envolverá ações individuais para estimular a participação da família no cuidado diário das crianças com PC, que serão realizadas por meio de material impresso e de sessões de orientação. Esperamos melhorar o desempenho funcional destas crianças, assim como oferecer aos pais e cuidadores suporte para o manuseio adequado durante sua vida cotidiana. Esse projeto acontece no Setor de Fisioterapia do Centro de Reabilitação Ana Maria Phillipi (CENER) da Fundação Catarinense de Educação Especial (FCEE).

Formação de Novos Ginastas

www.cefid.udesc.br/ginasticaartistica

Coordenador: *Mário C. Andrade*

Professores: *Mario César Andrade*

Público alvo: *A clientela será composta por 15 alunos do sexo masculino de 8 a 15 anos de idade residentes na grande Florianópolis.*

Descrição: As atividades serão coordenadas por um professor auxiliado por um monitor de graduação em Educação Física. As atividades do projeto serão realizadas no ginásio I do Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos – CEFID - período vespertino - as 2a, 4a, e 6a feiras no horário das 14h30min às 16h30min. A clientela será composta por 15 crianças

do sexo masculino de 8 a 15, anos de idade. O objetivo do projeto é a formação visando a reserva futura de praticantes de ginástica Artística, objetivando a participação na OLESC, JASC e Juguinhos Abertos de Santa Catarina. Esse projeto acontece no período vespertino - as 2a, 4a, e 6a feiras no horário das 14h30min às 16h30min, no G1 do CEFID.

Avaliação e Prescrição de Treinamento para Corredores de Rua

Coordenador: Joris Pazin

Professores: Joris Pazin

Bolsistas: Ana Claudia Maria de Jesus cacaatleta@hotmail.com 96164322

Público alvo: Participação efetiva de 10 a 15 praticantes de corridas de rua (rústicas) adultos de ambos os sexos

Descrição: Projeto criado em 2003, que atualmente será Coordenado pelo Professor Fabrício Caputo e por um acadêmico de Educação Física, buscando oferecer uma orientação especializada e gratuita à comunidade de praticantes de corrida de rua da grande Florianópolis, que não possuem patrocínio nem orientação adequada para praticarem treinamentos de corrida com segurança e eficácia. O Projeto compreenderá as etapas de divulgar o serviço, a etapa de realizar as avaliações previstas antes e durante o processo de treinamento e a etapa de prescrição e controle do treinamento aplicado, respectivamente. O Projeto é de grande relevância, pois vai ao encontro de atender uma parte da população carente desse processo tão importante sob o ponto de vista da promoção da saúde e otimização das cargas de treino, assim como, proporcionar uma capacitação do aluno bolsista na área de treinamento esportivo e avaliação física, extensiva a outros alunos voluntários (estagiários), que normalmente são convidados a colaborar nas atividades desenvolvidas no Projeto. Está previsto também, uma interface com as ações de pesquisa na área de avaliação e treinamento de corridas de fundo, que serão realizadas junto ao Laboratório de Pesquisas em Desempenho Humano(LAPEDH) do CEFID/UDESC, visando uma aplicação prática dos resultados no próprio Projeto. O atendimento do Projeto aos corredores na pista do CEFID será de segunda à quinta, das 14h30min às 17h00min (treinos assistidos e aplicação das avaliações morfo-funcionais sistemáticas), sendo reservado 10h por semana para o bolsista elaborar as planilhas de treinamento a serem prescritas aos corredores para a semana toda, a partir da avaliação física realizada no LAPEDH.

Projeto de Extensão de Iniciação ao Futebol para a Comunidade

www.cefid.udesc.br/futebol

Coordenador: Joris Pazin

Professores: Joris Pazin

Público alvo: O projeto terá como meta atingir um público de crianças entre 8 a 12 anos, moradoras da região continental de Florianópolis, mais precisamente das áreas localizadas próximas ao Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID). Pretende-se atingir principalmente um público de maior carência de recreação, pela falta de condições econômicas ou apoio social, promovendo assim, maiores oportunidades e disciplina através da prática esportiva e vivência coletiva.

Descrição: Trata-se de um projeto de extensão “Iniciação ao Futebol para a Comunidade”. O público alvo de crianças entre 8 a 12 anos, moradoras da região continental de Florianópolis, mais precisamente das áreas localizadas próximas ao Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID). O projeto terá o objetivo de integrar crianças entre 8 e 12 anos, tais faixa etária estará dividida em duas categorias (Sub-9 e Sub-11), desenvolvendo a capacidade dos aspectos: cognitivo, motor, emocional, técnico, tático, entre outros. Além disso, utilizar o projeto como meio de ocupação saudável do tempo dessas crianças, dando-lhes mais oportunidades de recreação e lazer. Além de envolver acadêmicos interessados em desenvolver aspectos relacionados ao ensino/pedagogia do esporte e valores sociais, o projeto ainda abre um leque de possibilidades para outros setores e laboratórios do centro aplicar estudos observando as crianças participantes. O objetivo da ação não é formar atletas de alta performance, e sim oportunizar um aprendizado da modalidade do futebol, princípios do jogo, consciência tática (estratégias individuais) e não apenas fundamentos técnicos. Utilizar os princípios do esporte como meio de disciplina mostrando assim, que o esporte pode mudar a vida das mesmas, seja tornando-as atletas de rendimento ou cidadãos conscientes. O projeto será realizado durante as terças e quintas-feiras, das 14h às 16h e 30min, no campo de futebol do CEFID.

UDESC NA EMPRESA - PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL

Coordenador: Joris Pazin

Professores: Joris Pazin

Público alvo: *O projeto destina-se a aos servidores lotados na Reitoria e no Campo I da UDESC*

Descrição: O projeto UDESC na empresa – programa de atividade física objetiva ser componente fundamental do programa de qualidade de vida no que se refere à saúde ocupacional dos funcionários da Reitoria da UDESC. O programa consiste na realização de atividades de aquecimento, fortalecimento, compensatórias e de relaxamento, realizadas no próprio local de trabalho, duas vezes por semana, com duração de 15 minutos. A atividade será iniciada pelas fases diagnóstica (análise dos postos de trabalho) e de informação (sensibilização dos funcionários para a atividade) passando pela implementação e desenvolvimento das atividades, findando com a fase de avaliação. O projeto irá contar com a participação de acadêmicos (voluntários e/ou bolsistas) para os quais será oferecido todo suporte técnico e orientação para o desenvolvimento do programa.

Projeto de Condicionamento Físico para a Comunidade

www.cefid.udesc.br/musculacao

Coordenador: Renildo Nunes

Professores: Renildo Nunes

Público alvo: *Além do atendimento à comunidade interna da Universidade (alunos e servidores), o projeto se propõe a atender os moradores do bairro Coqueiros e adjacências, em função da proximidade dessas comunidades em relação ao local de realização do projeto. Podem participar pessoas com mais de 15 anos de idade, declaradas aptas para realização de exercícios físicos.*

Descrição: O projeto de Condicionamento Físico para a Comunidade, desenvolvido na academia de musculação Dolermi Inês Gomes Bastiani, do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte CEFID/UDESC, tem por objetivo principal proporcionar à comunidade em geral, interna e externa à Universidade, a prática do exercício físico para a melhora da condição de saúde

dos participantes. O público alvo é representado por indivíduos com idade acima de 15 anos, declarados aptos para a prática de exercícios físicos (atestado médico). Os exercícios resistidos (musculação), aeróbios e de flexibilidade são o foco principal da proposta metodológica do projeto, sendo as cargas de treinamento dimensionadas por meio de avaliação física periódica, com testes específicos de acordo com o modelo de treinamento proposto para cada praticante. Esse projeto acontece: SEG-QUA-SEX: 09h30 as 13h30 TER-QUI: 08h as 15h e 19h as 21h30, na academia do CEFID.

Lazer e Recreação

www.cefid.udesc.br/lazer

Coordenadora: *Alcyane Marinho*

Professores: Alcyane Marinho

Bolsistas Voluntários: Marcelle Moraes de Francisco (marcellepost@hotmail.com - 99095731) Raysa Silva Venâncio (raysasv@hotmail.com - 96202505)

Público alvo: Acadêmicos e comunidade

Descrição: O lazer pode representar um espaço privilegiado para vivências lúdicas de extrema importância para o desenvolvimento humano, permitindo a manifestação individual e coletiva de situações que possibilitam, para além de descansar e divertir-se, desenvolver-se pessoal e socialmente. Nesta perspectiva, este projeto tem como objetivo capacitar acadêmicos e membros da comunidade para atuarem na área do lazer e da recreação, fornecendo subsídios para o planejamento, a elaboração e a execução de distintas atividades de recreação e lazer. O projeto se destina a alunos de Educação Física e Fisioterapia do CEFID/UEDESC e demais interessados da comunidade. O projeto prevê o desenvolvimento de aulas teóricas, expositivas e participativas; aulas práticas específicas referentes aos diferentes conteúdos culturais do lazer, palestras e intervenções práticas em diferentes ambientes. Todas as ações propostas serão constantemente avaliadas pelos professores e estagiários responsáveis, por meio de questionários, diários de campo e conversas informais.

Índice

- Acidente Vascular Cerebral
 - AVC, 34, 35
- Amputados, 23
- Artrite Reumatóide, 42
- Atletismo, 30
- BASQUETEBOL, 35, 36
- Câncer Ginecológico, 44
- Dança, 9, 17, 21
- Dor lombar, 32
- Esportes de Contato, 38
- Fibromialgia, 26, 27
- Futebol, 46
- Ginástica Artística, 45
- Ginástica Rítmica, 39, 40
- Incontinência Urinária, 22, 23
- Lazer e Recreação, 48
- Musculação, 14, 36
- Natação, 9, 10, 21, 22, 28, 29
- obesidade, 19, 27, 42, 43
- paralisia cerebral, 45
- Parkinson, 11
- Pessoas com Deficiência, 21, 22, 30
- Postura Corporal, 31
- Psicologia do exercício, 26, 27
- Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica, 15, 16, 17, 18, 19, 20
- Reabilitação Pulmonar, 32, 33
- Ritmo e Movimento
 - Dança, 21
- Rugby, 38
- Terceira Idade
 - 60 anos ou mais, 9, 10, 11, 12, 14, 23, 41

Nota: o catálogo foi criado com base nas informações realizadas pelo recadastro on-line com realizadas pelos reesponsáveis pelas ações.

Versão 1.0 de julho de 2012