



Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil
Subsecretaria de Atenção Primária, Vigilância e Promoção da Saúde
Superintendência de Promoção da Saúde
Assessoria de Atividade Física



II Conferência Internacional em Epidemiologia
Das Ações de Vigilância à Pesquisa Buscando Evidências

IV FÓRUM DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

A influência e o Potencial de Fatores de Risco na
Promoção da Saúde

SEDENTARISMO



Profa Junia Cardoso
Prof José Augusto

O que já sabemos!

- Modificações moderna: novo estilo de vida
- ↓ Necessidade de esforço
- Ocupação do tempo livre com atividades sedentárias
- Alimentação inadequada
- Baixo incentivo a uma vida mais ativa



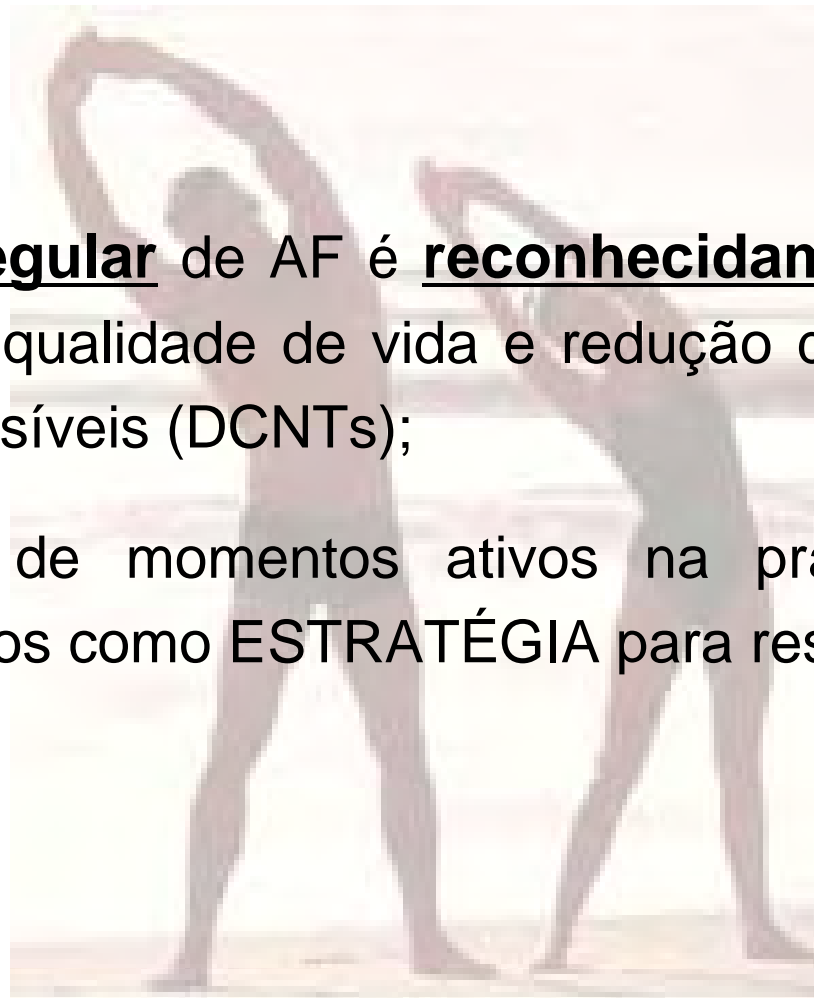
Conseqüências!

- As crianças e jovens de hoje tem peso maior do que há 20 anos atrás
- A tendência é que se tornem adultos com excesso de peso ou obesos no futuro
- Condição associada a efeitos negativos a saúde (dislipidemias, DM2, HAS, complicações ortopédicas e etc.
- Aspecto psicológico afetado: diminuição da auto-estima, depressão e distúrbio da auto-imagem

(Negrão & Barreto, 2007)



Por que a necessidade/investimento de estimular a Promoção da Atividade Física?



- A **prática regular** de AF é **reconhecidamente** importante na melhoria da qualidade de vida e redução de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs);
- A inserção de momentos ativos na prática cotidiana são recomendados como **ESTRATÉGIA** para resultados positivos.

Farinatti et al, 2005; (Pinto et al, 2003; Khawali et al, 2003; Porto et al, 2002; Tamayo et al, 2001; Pitanga, 2002; ACSM, 2003; Ciolac e Guimarães, 2004;)

POLÍTICAS PÚBLICAS

Estratégia Global em Atividade Física e Saúde

- Encorajar hábitos saudáveis, como a atividade física;
- Elaboração, aplicação e valorização de políticas públicas que promovam a saúde da população;
- Mobilização intersectorial e participação de atores políticos e parceiros;
- Ações que promovam a responsabilidade individual e colectiva;
- Políticas nacionais de Promoção da Saúde (2006)

IMPACTO NA ECONOMIA MUNDIAL
que desenvolvimento econômico

(57ª Assembléia Mundial de Saúde, 2004)

“Crise econômica impulsiona a saúde dos cubanos”

(Jornal The Guardian, 26/09/2007)

- Crise econômica de Cuba na década de 1990, impulsionou a saúde das pessoas, obrigando-os a comer menos e se exercitar mais;
- Redução drástica de consumo de calorias e um aumento de deslocamentos a pé ou de bicicleta;
- Resultado: diminuição de mortes por doenças do coração e diabetes, queda acentuada no número de mortes ligadas ao excesso de peso;
- Entre 1997 e 2002, diminuíram as mortes causadas por diabetes (51%), por doença do coração (35%) e por derrame (20%) (American Journal of Epidemiology);
- “Período Especial” = oportunizou estudos científicos;
- Recuperação econômica recente reverteu essa tendência.
- Cerca de 30% dos adultos estão acima do peso e um quarto têm tendência para a obesidade, segundo estudo do governo.

Desafio para a Gestão Pública

- Construir uma proposta efetiva e sustentável para programas de atividade física fiel às necessidades de saúde do indivíduo e coletivo (PCRJ)
- Agir sobre os determinantes sociais da saúde e do bem estar implementadas mediante uma ampla abordagem intersetorial
- Maior coordenação e articulação entre políticas que visam a promoção da saúde



Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil
Subsecretaria de Atenção Primária, Vigilância e Promoção da Saúde
Superintendência de Promoção da Saúde
Assessoria de Atividade Física

PROGRAMA



Experiência da SMSDC RJ

BREVE HISTÓRICO



2007 – Recurso do MS

2008 – Estruturação do Projeto Academia Carioca da Saúde

2009 – SPS / Assessoria de Atividade Física / Implantação do Projeto

2010 - Programa Academia Carioca da Saúde

2011 - Fortalecimento do conceito ampliado



Fontes: IPP, SPS e AIG
Elaboração: S/SUBPAV/SVS/AIG
Data: 31/01/2011



Programa Academia Carioca da Saúde

É um conceito ampliado de promoção de atividade física no território, **NÃO** estando associada apenas ao conjunto de equipamentos. Portanto, **TODA** prática regular de atividade física realizada pelas Unidades de Saúde estão **incluídas** nesse conceito.



CONCEITO

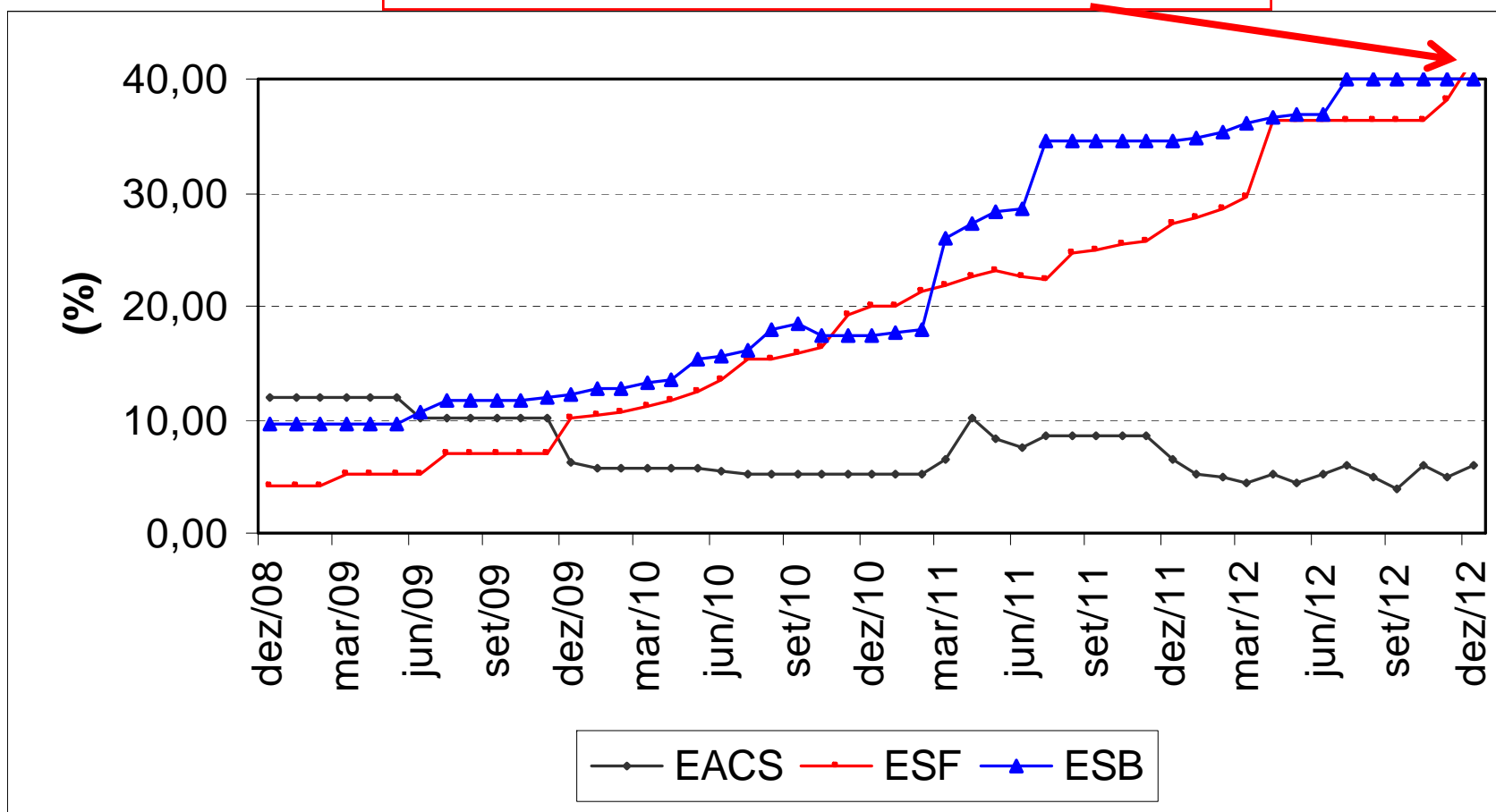


- Atividades realizadas regularmente
- Vinculado à Atenção Primária
- Ênfase na ESF
- Comprometido com os princípios e ações desenvolvidas pela SMSDC / SUS
- Orientado/supervisionado por Profs de EF



Evolução da cobertura populacional (%) da Estratégia de Saúde da Família (ESF)

**DEZ/2012: 2,5 MILHÕES DE
CARIOCAS COM SAÚDE DA FAMÍLIA**



Fonte: CNES/MS, janeiro de 2012 e Projeções a partir da Planilha de Construções das Clínicas da Família em 2012.

EACS = equipe de Agentes Comunitários de Saúde, ESF=equipe de Saúde da Família, ESB=equipe de Saúde Bucal



- **Difundir a cultura do movimento**
 - *Simplificação do saber/ Autonomia*
- **Facilitar o acesso à prática regular de AF**
 - *Oferecer/ dar condições*
- **Ampliar a Rede de Multiplicadores em promoção da AF**

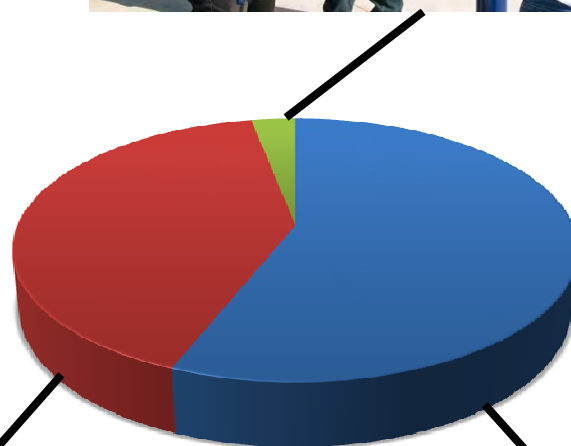
Forma de ingresso



43%
Pelo Programa
Academia Carioca
(Demanda espontânea)



3%
Funcionários



54%
Encaminhado pela Unidade

TIPOS DE ATIVIDADE FÍSICA

- Atividades/modalidades oferecidas e construídas de forma a atender as demandas do território



Ginástica



Hidroginástica



Dança



Alongamento



Ex. com Aparelhos



Ginástica Laboral



Grupo de Caminhada

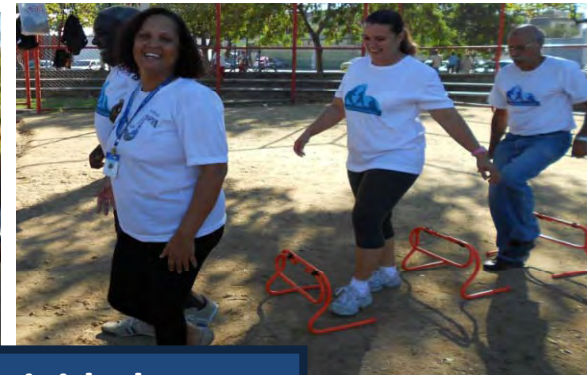
TIPOS DE ATIVIDADE FÍSICA



Karate



Atividades com Gestantes



Circuito de Atividades

ATIVIDADES DE APOIO MATRICIAL



- Integrado à Estratégia da Saúde da Família as ações vão além da prática da atividade física (Clínica Ampliada)



Junto com lideranças locais



Matriciamento



Apoio às atividades



Interdisciplinaridade



Atendimento Domiciliar



Rede de Multiplicadores

AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE



Alimentação Saudável



Melhor Convívio Social



Descoberta de Talentos

- Contribui para a aquisição de hábitos saudáveis associados a um **estilo de vida ativo**



Educação em Saúde



Integração Familiar



Horta Comunitária

Comemorações

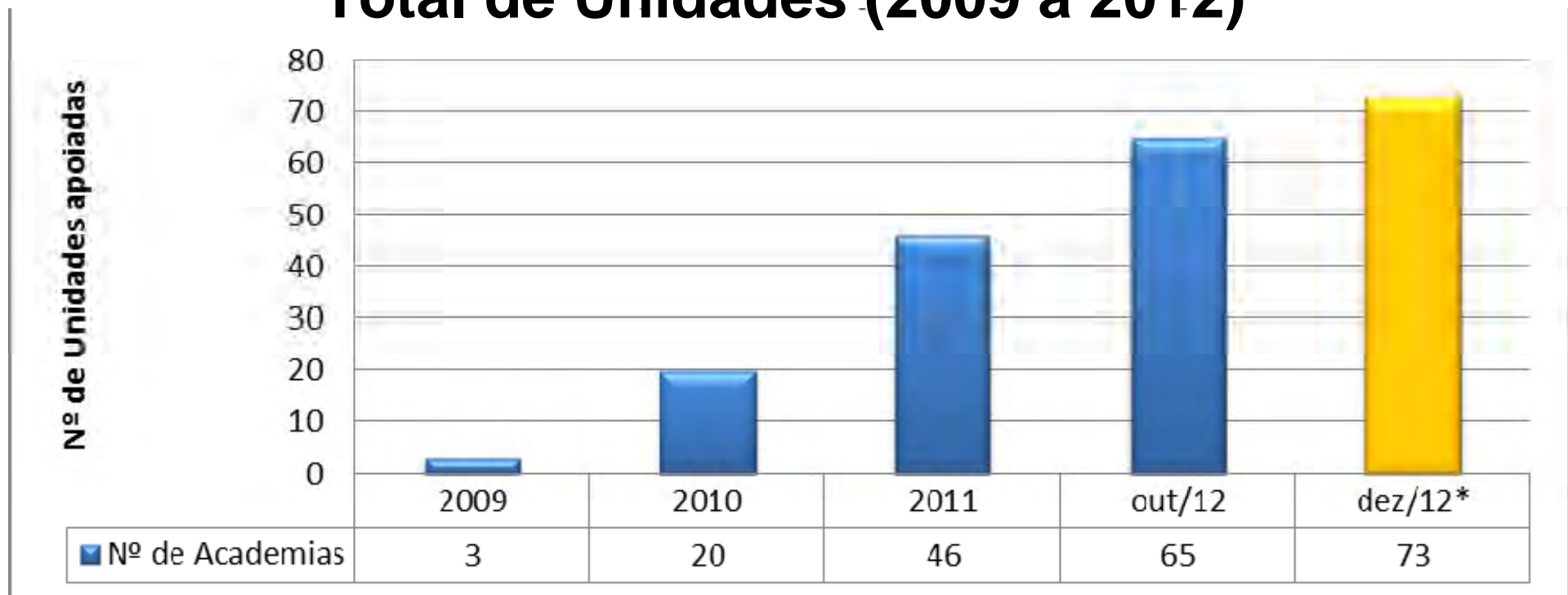


Explorando além da Atividade Física



Convivência

Programa Academia Carioca da Saúde/ Aparelhos Total de Unidades (2009 à 2012)

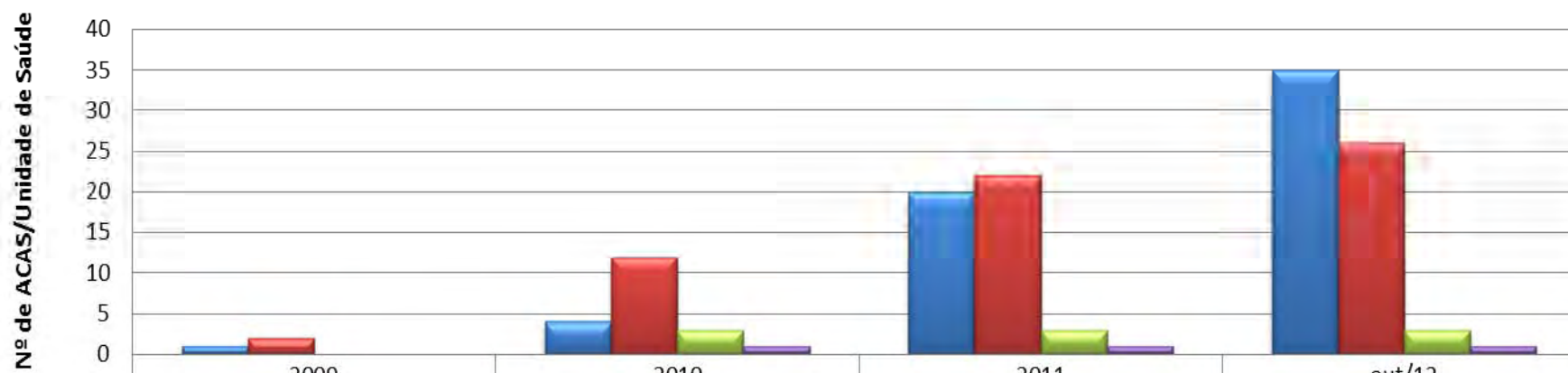


Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Meta 2012 = 60 ↔ Realizado 2012 = 73 (↑ 22%)

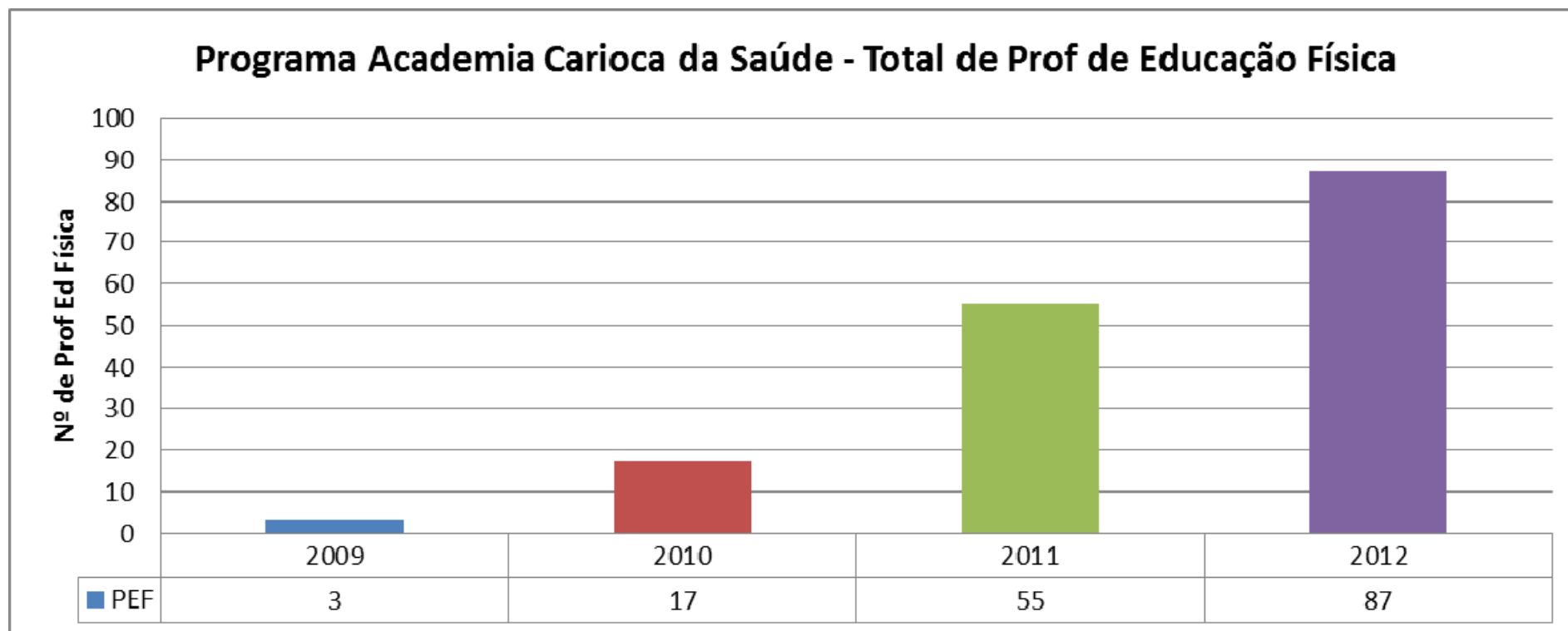
- **175 Unidades desenvolvem outras atividades físicas (89,7% / 195)**
 - Rede de Multiplicadores

Programa Academia Carioca da Saúde(Aparelhos) por tipo de Unidade de Saúde de 2009 à Out/2012



	2009	2010	2011	out/12
Clínica da Família	1	4	20	35
CMS	2	12	22	26
Policlínica	0	3	3	3
CAPS	0	1	1	1

Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)



*Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ
(Dados Primários)*

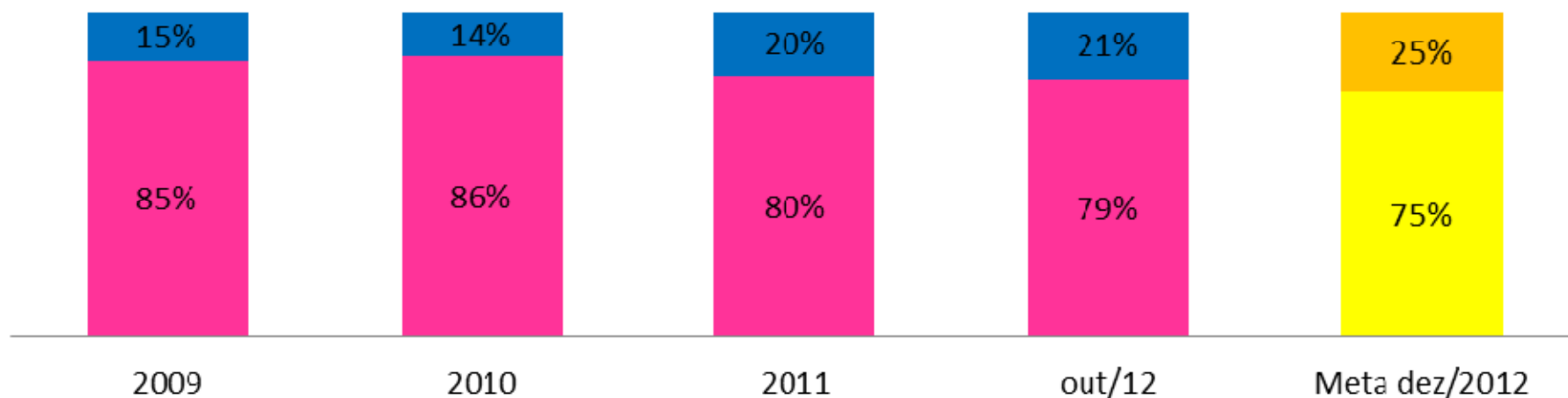
Programa Academia Carioca da Saúde - Total de participantes por ano (2009 à 2012)



Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Programa Academia Carioca da Saúde - Proporção de participantes por gênero de 2009 à 2012

■ Feminino ■ Masculino

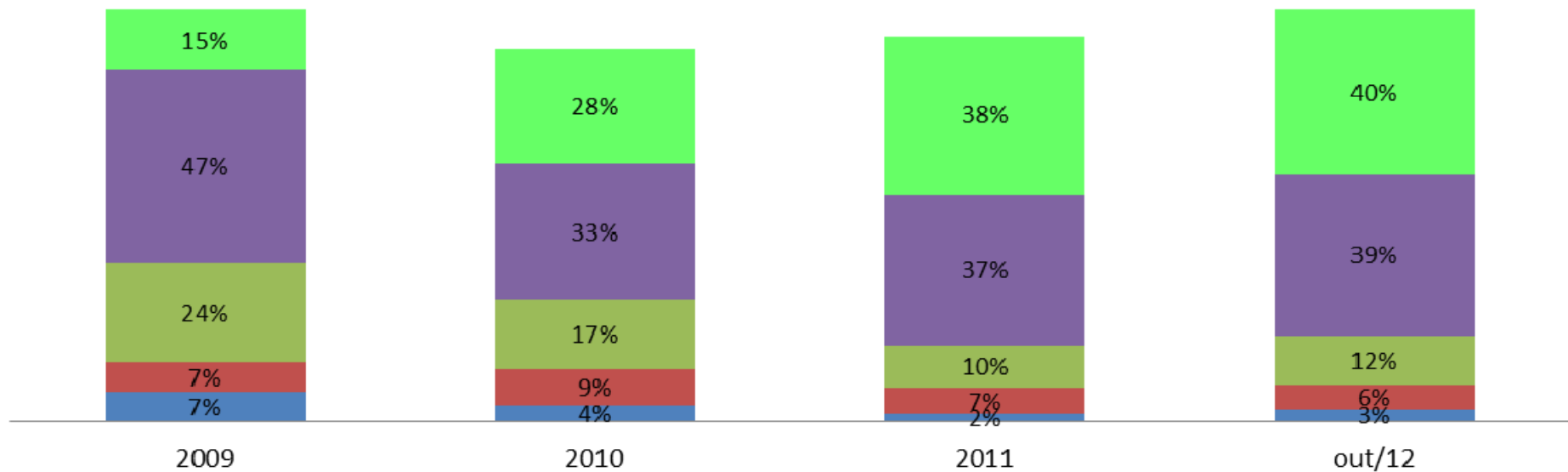


Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

8.678 participantes = atividades realizadas por outros profissionais de saúde

Programa Academia Carioca da Saúde - Evolução da proporção (%) de participantes por faixa etária

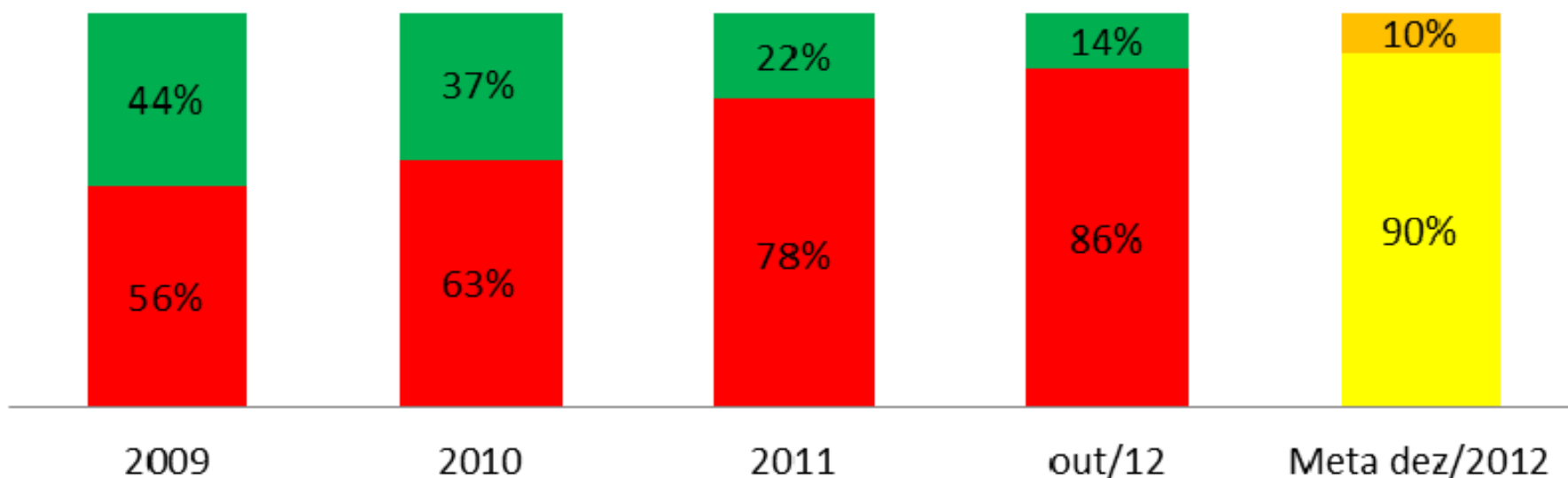
■ 18 anos ■ 35 anos ■ 45 anos ■ 60 anos ■ >60 anos



Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Programa Academia Carioca da Saúde - Evolução da proporção (%) de participantes com DCNT por ano

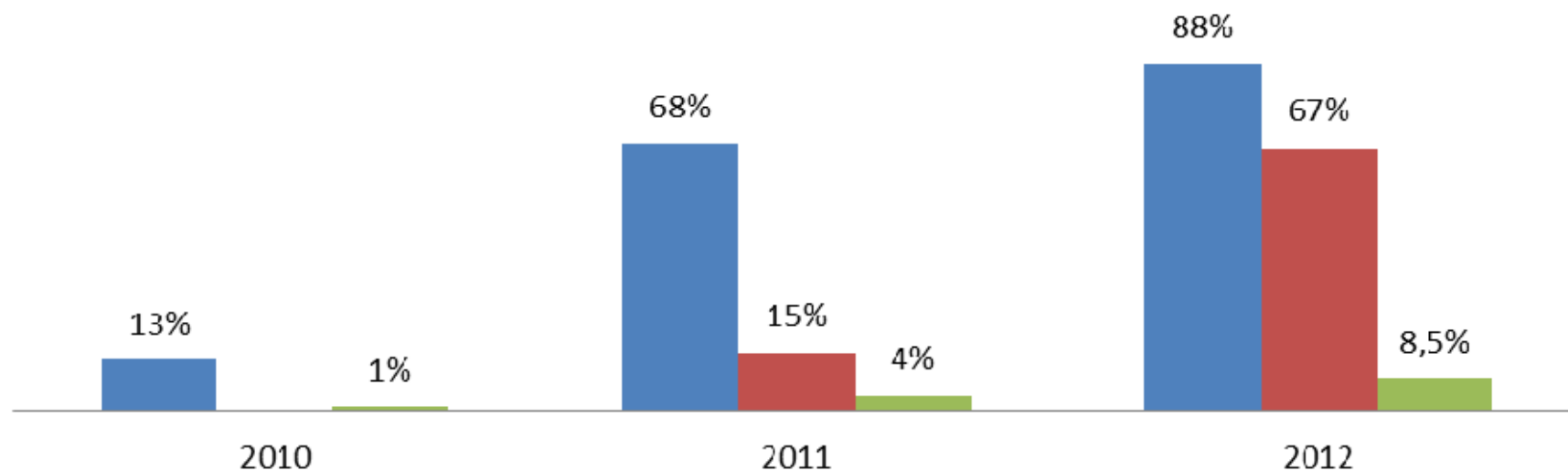
■ DCNT ■ Outros



Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

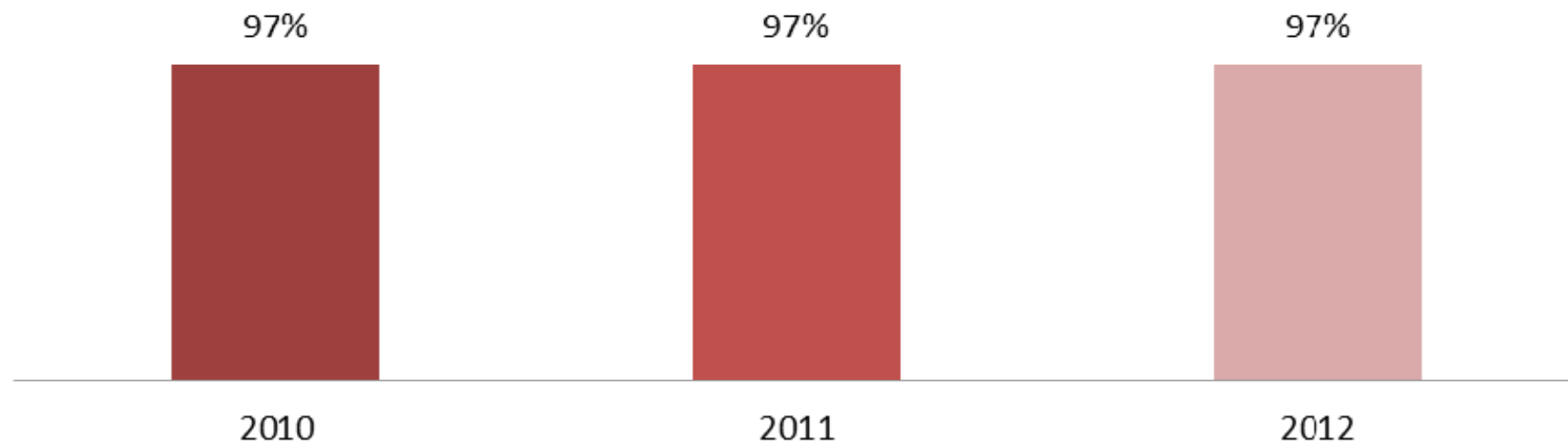
Programa Academia Carioca da Saúde - Uso de Medicamentos - Resultados com base na prescrição médica

■ Diminuíram a dose ■ Diminuíram a frequência de uso ■ Deixaram de tomar



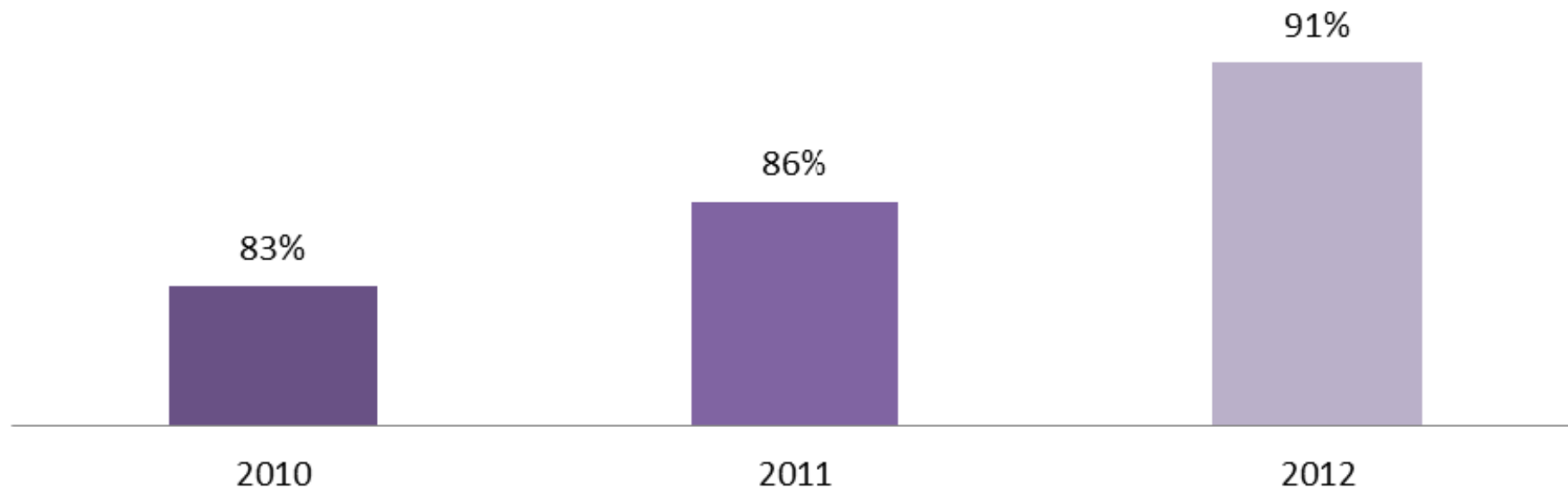
Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Programa Academia Carioca da Saúde - Proporção de participantes com a pressão arterial controlada nos anos de 2010 à 2012



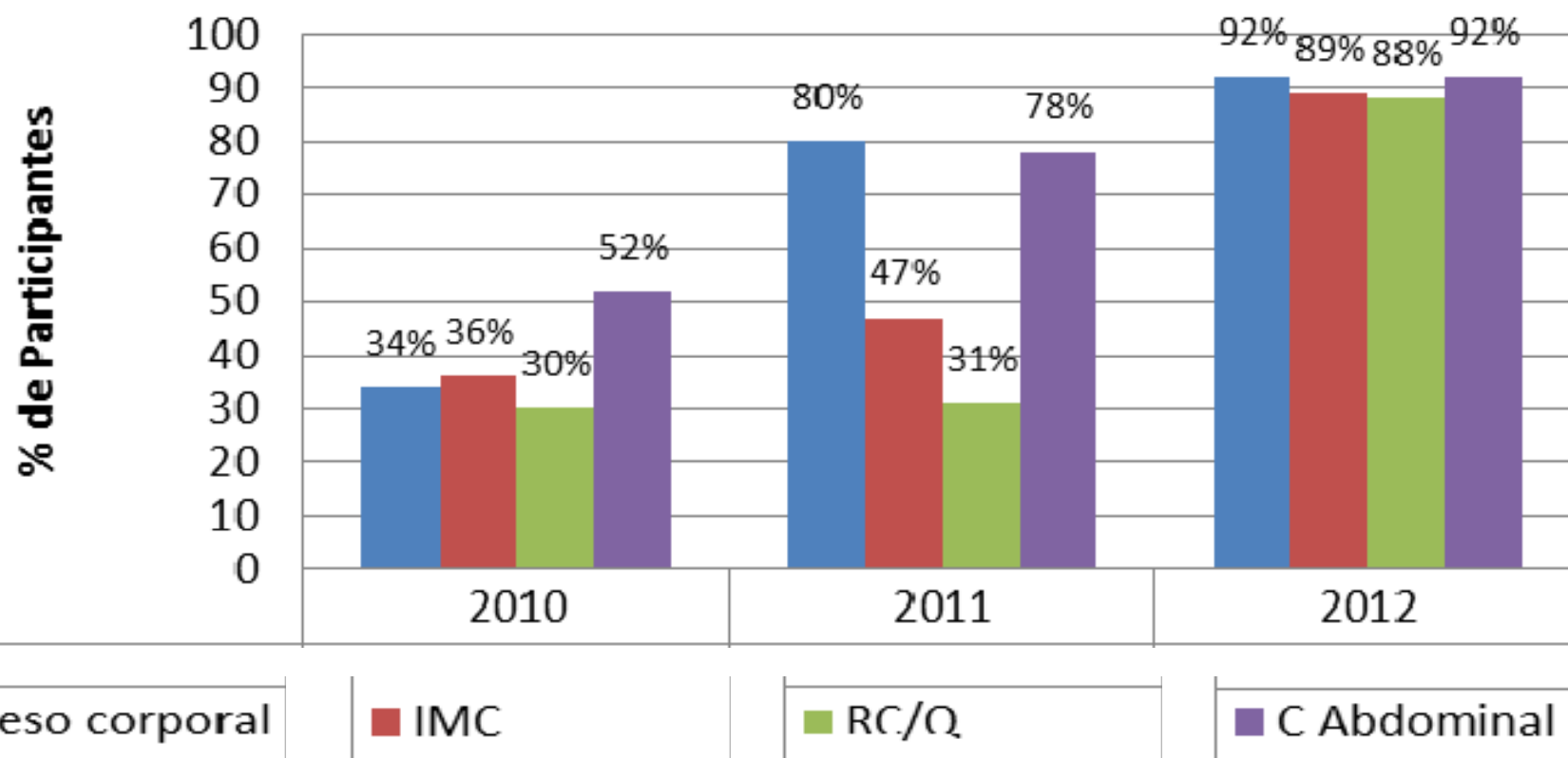
Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Programa Academia Carioca da Saúde - Proporção de participantes com o nível glicêmico controlado nos anos de 2010 à 2012

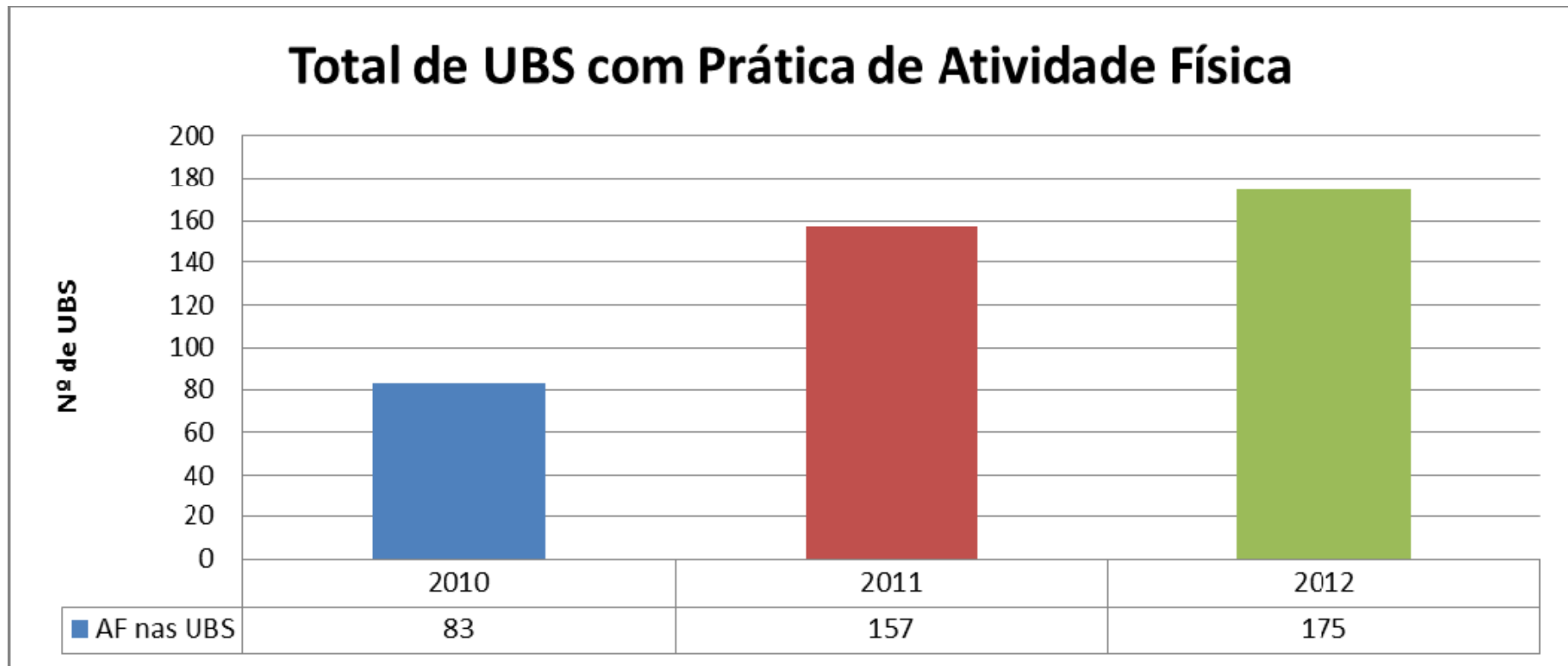


Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Programa Academia Carioca da Saúde - Monitoramento dos fatores de risco do ano 2010 à 2012



Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)



Fonte: Assessoria de Atividade Física/SPS/SUBPAV/SMSDC-RJ (Dados Primários)

Meta 2012 = 130

Realizado 2012 = 175 (↑ 35%)

Resultados – Qualidade de Vida



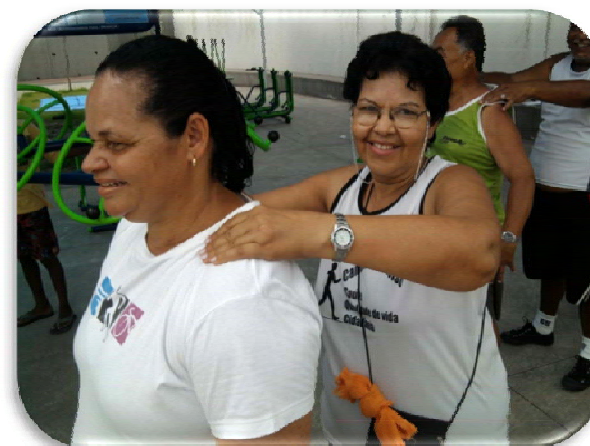
Capacidade Funcional

- 88% ↓Dor
- 72% ↓Limitação Física
- 90% >Vitalidade



Aspectos Sociais

- 98% Melhor convívio
- Melhor integração familiar



Aspectos Emocionais

- 69% Melhor auto-estima
- 78% Mais felizes
- 92% Melhora do sono
- Maior percepção do bem estar

Academia Carioca Escola



- Centro de formação e conhecimento interdisciplinar em Promoção da Saúde
- Treinamento
- Educação permanente
- Vivência Teórica-Prática
- Efetividade e Sustentabilidade



Treinamento teórico



Treinamento prático



Ferramentas de Avaliação



Manejo técnico



Acolhimento/ Avaliação

INVESTIMENTOS DE 2009 ATÉ 2012



- Cada Academia Carioca da Saúde: Aparelhos (R\$ 24.000,00) + Cobertura sombreadora (R\$ 13.000,00) + gradeamento de proteção (R\$ 20.000,00) + contrapiso (R\$ 15.000,00) = 75.000,00
- 1 professor de ed física para cada Academia Carioca = R\$ 4.000,00 x 12 meses = 96.000,00 (com os encargos)
- TOTAL ACADEMIA CARIOCA COMPLETA + RH = **13.000.000,00** (2009 até dez de 2012) → 73 Academias Cariocas + 73 profs
- META 2012= 18.0000 PARTICIPANTES ORIENTAÇÃO DIRETA DOS PROFS DE ED FÍSICA PARA 60 ACADEMIAS CARIOCAS / APARELHOS E 60 PROFS DE ED FÍSICA – ATÉ DEZEMBRO DE 2012

RECURSOS DA SMSDC RJ



Aspectos bioéticos

Os estudos relacionados ao Programa
Academia Carioca da Saúde estão inscritos
no CEP 144 / CAAE 0055.0.314.000.11

Trabalhos Apresentados em Congressos e Eventos 2010



- **9º Congresso Nacional da Rede Unida / I Fórum Latino-Americano de Gestores de Saúde de Atenção Básica em Saúde / I Fórum Latino-Americano de Participação em Saúde, Políticas Públicas e Educação Cidadã / II Fórum Latino-Americano de Educação na Saúde**
- **II Congresso Nacional da Fisioterapia na Saúde Coletiva/ Encontro dos Trabalhadores e Gestores do SUS/ ABENFISIO**
- **I Mostra de Trabalhos em Vigilância de DANT - “Construindo a Vigilância das DANT na cidade do Rio de Janeiro”**
- **2º Congresso Estadual de Medicina de Família e Comunidade**
- **Artigo publicado Fisioterapia Brasil, volume II, nº 5, set/out, 2010:**
.
- **Formação da Comissão Científica**
- **Primeiro Prêmio na Categoria Saúde Corporal no VIDEOMED 2010, na cidade de Badajoz, Espanha. A Academia Carioca da Saúde faz parte do Acervo Europeu de Iniciativas na Área da Saúde Pública do Brasil.**



2011

- 66º Congresso Brasileiro de Cardiologia
- 11º Congresso Brasileiro de Medicina de Família e Comunidade e 4º Encontro Luso-Brasileiro de Medicina Geral, Familiar e Comunitária
- 28º Congresso da SOCERJ

2012

- World Nutrition Rio 2012: knowledge, policy and action
- Seminario Internacional de Atención Primaria de Salud y Congreso Regional Medicina Familiar
- 29º Congresso da SOCERJ _ 3ª Caminhada “Cuidando do Coração” / SOCERJ
- 10º Congresso Internacional da Rede Unida / 1º Congresso de Saúde Coletiva do Estado do Rio de Janeiro / 2º Fórum Latino-americano de Gestores e Trabalhadores de Atenção Básica/Primária em Saúde / 2º Fórum Latino-americano de Participação Social em Saúde
- 3º Congresso Estadual de Medicina de Família e Comunidade do Estado do Rio de Janeiro
- 10º Congresso Brasileiro de Saúde Coletiva (ABRASCO)
- IV Fórum de Promoção de Saúde / II Congresso de Epidemiologia (São Paulo)





Locais para prática de AF		2010	2011	2012
SMEL	Vilas Olímpicas/ Parques/ Centro Esportivos	58.181 participantes	80.000 participantes	181.313 participantes
SESQV	Projetos Qualivida			
SME	Clubes Escolares/ Núcleos de Arte			
Outras instituições	Fundação Gol de Letra/ Espaço Criança Esperança/ Usina da Cidadania/ Afroreggae/ CUFA/ Instituto Reação/ Rio em Forma/ Escolinhas Esportivas, etc			

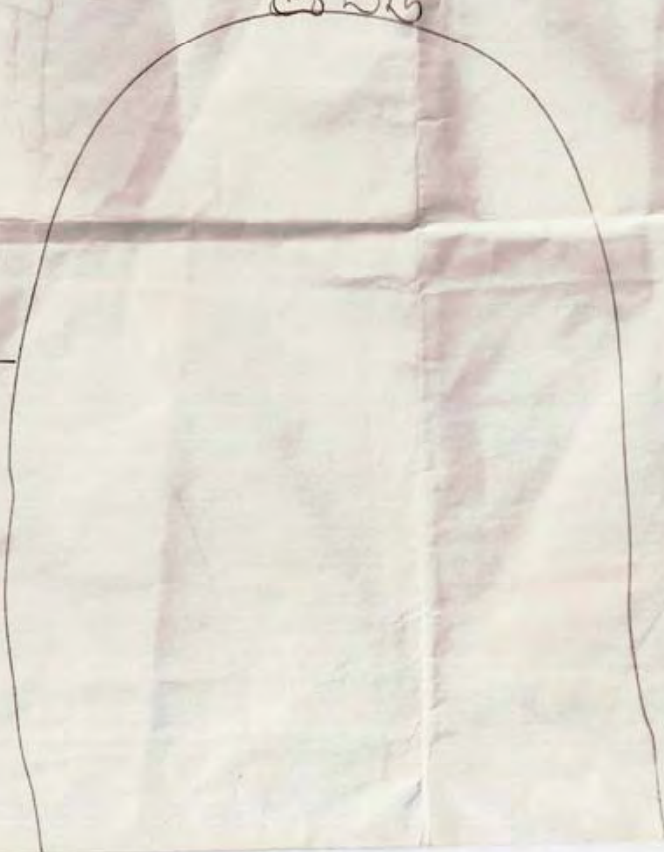
Fonte: PCRJ e demais instituições

uma pessoa malhada -

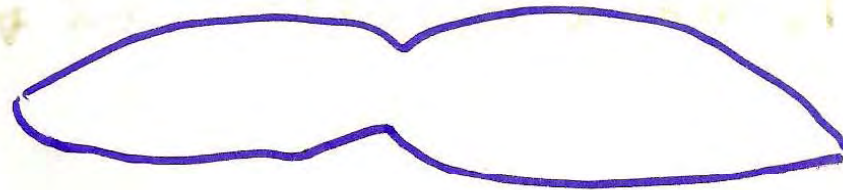


grupo de
Artes e Ofícios
20/10/09.

PÃO DE AÇÚCAR ▽



Academia Caribeca de Saúde



→ Polichinelos



→ Corrida



→ Caminhada





Academia Carioca da Saúde

BALANÇO CARIOCA



Balanço Carioca de 2012 – 17/12



Obrigada!

SUS

Eduardo Paes
Prefeito da Cidade do Rio de Janeiro

Hans Domman
Secretário de Saúde e Defesa Civil

Daniel Soranz
Subsecretário de Atenção Primária, Vigilância e Promoção da Saúde

Márcia Torres
Superintendente de Promoção da Saúde

José Carlos Prado
Superintendente de Atenção Primária

Betina Durovni
Superintendente de Integração de Áreas de Planejamento

Marcio Garcia
Superintendente de Vigilância em Saúde

Junia Cardoso
Assessora de Atividade Física/SPS

Academia Carioca da Saúde

