

FEIRAS DE SAÚDE: ATUAÇÃO DE PROJETOS DE EXTENSÃO NA COMUNIDADE

DA ROSA, D.R.¹; POSSUELO, L.G.²; ROVEDA, P.O.³.

PALAVRAS-CHAVES: Promoção de Saúde. Prevenção. Fisioterapia

RESUMO

Dois projetos extensionistas da Universidade de Santa Cruz do Sul, Acessibilidade e Saúde: Interdisciplinaridade em Ação e o Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde promovem ações de promoção de saúde. Participar de Feiras de Saúde é um exemplo, são eventos que promovem medidas de prevenção e assistência à comunidade e troca de experiências. Assim, o estudo teve como objetivo discutir sobre os resultados obtidos em feiras de saúde quanto ao risco de quedas, equilíbrio, flexibilidade muscular. Relato de experiência das ações de promoção da Saúde na Festa do Chimarrão (Fenachim) em Venâncio Aires e Festa das Cucas em Santa Cruz do Sul realizadas no ano de 2022. As atividades foram realizadas por estudantes do curso de Fisioterapia junto ao Pró-Saúde. Para verificar o equilíbrio estático realizou-se o Teste Romberg, o equilíbrio dinâmico o Teste Timed Up and Go (TUG), a flexibilidade muscular o Teste Terceiro Dedo ao Solo. Os resultados eram repassados ao indivíduo e realizavam-se orientações em saúde. Participaram 38 indivíduos (26 do sexo feminino), idade média de 46,2 anos. Quatro apresentaram alterações no equilíbrio estático, no dinâmico, 9 mostraram baixo risco e 2, risco moderado de queda e 14 pessoas redução de flexibilidade. A parceria entre projetos possibilita experiências, beneficia a população, aproxima o estudante da comunidade, propicia o relacionamento interpessoal e o desenvolvimento de habilidades, contribuindo para o crescimento profissional e pessoal.

HEALTH FAIRS: PERFORMANCE OF EXTENSION PROJECTS IN THE COMMUNITY

KEY WORDS: Health Promotion. Prevention. Physiotherapy

ABSTRACT

Two extension projects of the University of Santa Cruz do Sul, Accessibility and Health: Interdisciplinarity in Action and the National Program for the Reorientation of Professional Training in Health, promote health promotion actions. Participating in Health Fairs is one example; these are events that promote preventive measures and assistance to the community and exchange experiences. Thus, the objective of this study was to discuss the results obtained in health fairs regarding the risk of falls, balance and muscle flexibility. Experience report of the actions taken at Fenachim (Venâncio Aires) and Festa das Cucas (Santa Cruz do Sul) in 2022. The activities were carried out by students of the Physiotherapy course with Pro-Health. The Romberg Test was used to check static balance, dynamic balance the Timed Up and Go Test (TUG), and muscle flexibility the Third Finger on the Ground Test. The results were reported to the individual and health orientations were given. Thirty-eight individuals (26 females), mean age 46.2 years, participated in the study. Four showed changes in static balance, in dynamic balance, 9 showed low risk and 2 showed moderate risk of falling; 14 people showed reduced flexibility. The partnership between projects enables experiences, benefits the population, brings the student closer to the community, provides interpersonal relationships and the development of skills, contributing to professional and personal growth.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia na Universidade de Santa Cruz do Sul.

² Doutora em Ciências Biológicas Bioquímica pela UFRGS, docente do Departamento de Ciências da Vida da Universidade de Santa Cruz do Sul liapossuelo@unisc.br

³ Doutora em Educação pela UFSM, ex docente do Departamento de Ciências da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul roveda.patricia@gmail.com .

1 INTRODUÇÃO

A saúde é um conceito amplo, e que engloba diversas áreas de atuação, desta forma entende-se a importância do trabalho interdisciplinar visando a qualidade de vida das pessoas atendidas. Na formação universitária, são desenvolvidas inúmeras técnicas e métodos científicos, mas também se faz necessário aprender a trabalhar em equipe e de forma humanizada (COIMBRA, 2022).

Segundo o Plano Nacional de Extensão Universitária, as ações de extensão na Universidade são executadas por inúmeras áreas de conhecimento, onde apresentam diferentes estratégias, com enfoques distintos. Essas atividades constituem-se em um dos pilares da tríade ensino-pesquisa-extensão, favorecendo que discentes e docentes adquiram habilidades, competências e atitude crítica-reflexiva para atuarem junto à comunidade (ALVES et al., 2016; SANTANA et al., 2021).

A extensão universitária possibilita a interação entre diferentes sujeitos, de diversas origens e campos do saber, que favorecem a consolidação do papel social da universidade, ao mesmo tempo em que estimulam a transformação, a melhoria da qualidade de vida dos sujeitos e o processo formativo dos envolvidos (RIOS, CAPUTO, 2019). Para a comunidade, ações dessa magnitude oportunizam momentos de participação ativa, discussão e reflexão em grupo para aquisição de conhecimentos sobre assuntos ligados ao processo saúde-doença e das boas práticas em saúde (SANTANA et al., 2021).

Este artigo tem como objetivo discorrer sobre os resultados obtidos no atendimento ao público em Festas tradicionais da região quanto ao equilíbrio estático, risco de quedas e flexibilidade muscular do público atendido, além de destacar o relevante papel da extensão universitária na formação acadêmica em saúde.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Extensão Universitária

A extensão universitária caracteriza-se como processo educativo, cultural e científico, com ações fundamentadas na articulação entre ensino, pesquisa e a relação entre a Universidade e a Sociedade. Essa troca proporciona a construção do conhecimento a partir da participação efetiva da comunidade na atuação da universidade. A relação entre a universidade e a comunidade pode se desenvolver de várias formas, sendo as estratégias educativas uma das mais utilizadas, tendo como base a educação em saúde (COSTA et al., 2015).

A importância da abordagem educativa em saúde é inegável, já que a mesma deve estar presente em todas as ações de promoção da saúde e prevenção de doenças. Além de que, a educação em saúde desperta a cidadania, sobre a responsabilidade pessoal e social no que diz respeito à saúde (PELICIONI, PELICIONI, 2007; COSTA et al., 2015).

A partir disso, a extensão universitária é uma ferramenta importante no desenvolvimento humano e social do estudante, pois aprofunda a troca de saberes, uma vez que possibilita a vivência extramuros, diferente da que é encontrada nas salas de aula. Além disso, possibilita a experiência de situações reais, preparando os estudantes para o amadurecimento pessoal e profissional, além de estimular o pensamento crítico em diferentes perspectivas e contextos (MORAES et al., 2016; SAMPAIO et al., 2018).

Acessibilidade e Saúde: Interdisciplinaridade em Ação

Este projeto por mais de uma década era conhecido por Arquitetura e Saúde na Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC) e após uma reestruturação na participação da equipe, passou a se chamar Acessibilidade e Saúde: Interdisciplinaridade em Ação. Nas primeiras edições participaram os cursos de Arquitetura e Urbanismo, Fisioterapia, Enfermagem e Engenharia de Produção e nos últimos 3 anos faziam parte os cursos de Fisioterapia, Nutrição, Psicologia e Engenharia de Produção.

Ao longo das 15 edições, este projeto extensionista da UNISC, desenvolveu ações voltadas, principalmente, para populações em situações de vulnerabilidade social de diferentes faixas etárias, além de pessoas com deficiência (PcD) física, visando a assistência integral e a promoção em saúde de acordo com as necessidades de cada público atendido. As ações, continuadas e pontuais, beneficiavam idosos, adultos, atletas PcD de basquete em cadeira de rodas, crianças com e sem alterações sensório-motoras, além das participações e organização de eventos acadêmicos, lúdicos e esportivos inclusivos. Desde o princípio este projeto foi composto por uma equipe interdisciplinar vislumbrando a atenção integral da comunidade.

A integralidade é um dos princípios do SUS e tem vários significados, é um ideal que procura o desenvolvimento das práticas em saúde no cotidiano e também pode ser considerada uma diretriz constitucional que busca o atendimento das necessidades nos diferentes níveis de atenção à saúde por meio de atuações direcionadas para prevenção, promoção, recuperação e reabilitação (BOSCATTELI et al.; 2018). Os mesmos autores afirmam que estas práticas são efetivadas numa articulação multiprofissional, que possibilita o cuidado continuado e está sempre em processo de construção e reformulações. Este modo de atuação vivenciado na vida acadêmica possibilita uma formação diferenciada.

A partir de 2021, iniciou-se uma parceria do Acessibilidade e Saúde com o Pró-Saúde, deste modo os dois projetos juntos efetuaram novas intervenções e estratégias voltadas à área da fisioterapia, dentre elas as ações de educação em saúde voltadas à promoção e prevenção em saúde da comunidade de diferentes faixas etárias.

Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde (Pró-Saúde)

O Pró-Saúde é um programa criado pelo Governo Federal, em 2005, com o objetivo de formar recursos humanos para a saúde com vistas às necessidades sociais regionais. A integração entre saúde e educação estabeleceu a modificação do modelo tradicional de cuidado centrado na doença da população e no modelo hospitalar, por meio da proposição de mudanças na formação de estudantes da graduação, reforçando a relação teoria e prática comunitária e possibilitando a formação integrada de profissionais da área da saúde de forma trans, inter e multidisciplinar, voltados à promoção de ações de educação em saúde (POSSUELO, SILVA, SIMON, 2022; BRASIL, 2009; SILVA, 2022).

As ações de educação em saúde desenvolvidas no projeto ao longo dos anos vêm abrangendo diferentes públicos-alvo, dentre eles, professores de educação infantil, população carcerária, estudantes de escolas de ensino fundamental, mulheres atendidas em Centros de Referência Psico Social (CRAS), público de eventos de promoção de saúde, como as feiras e festas tradicionais. A equipe do Pró-Saúde é composta por docentes e estudantes de muitos cursos da saúde, dentre eles citamos Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Biomedicina, Nutrição, Psicologia e Gastronomia.

As diversas ações extramuros do Campus universitário revelam o reconhecimento e a consolidação das ações desenvolvidas, ao manter constante diálogo e trabalho colaborativo com toda Rede de Atenção à saúde na região, nas mais diversas esferas, desde os gestores públicos, profissionais da Rede e pelos usuários. É um projeto que reúne esforços coletivos para promover a saúde e o bem-estar à toda população por meio da transformação contínua da formação profissional em saúde na região (POSSUELO, SILVA, SIMON, 2022).

Fisioterapia na promoção da saúde

As intervenções em saúde têm como objeto os problemas e as necessidades de saúde e seus determinantes e condicionantes, de modo que envolva, ao mesmo tempo, as ações e os serviços que operem sobre saúde e o adoecimento humano, por meio do trabalho multidisciplinar, com práticas voltadas para as necessidades relacionadas à saúde da população (BRASIL, 2018).

A promoção da saúde ocorre quando a comunidade tem o conhecimento necessário sobre a melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle deste processo. O conceito de promoção da saúde está associado aos aspectos comportamentais e de estilo de vida, além das condições sociais e ambientais em que as pessoas vivem e trabalham (KESSLER et al., 2018). A promoção da saúde para Buss (2000) citado por Janini, Bessler e Vargas (2015) é uma estratégia que proporciona visibilidade aos fatores de risco e aos agravos à saúde da população, focando no atendimento do indivíduo (coletivo e ambiente) e elaborando mecanismos que reduzem as situações de vulnerabilidade e adoecimento.

Nesse contexto, as ações de promoção na fisioterapia estão voltadas para o incentivo de hábitos de vida mais saudáveis, como a prática regular de atividade física, cuidados posturais, combate ao tabaco e incentivo à valorização e responsabilização da própria saúde e da comunidade. Essas ações contribuem não só para o desenvolvimento da promoção da saúde, mas também para prevenção em saúde (BISPO JÚNIOR, 2010). Assim, a abordagem da promoção da saúde configura-se para a produção e disseminação de conhecimentos e práticas de saúde de forma compartilhada e participativa. O fisioterapeuta tem um papel importante nos programas de saúde pública e de promoção à saúde devido às contribuições em promoção e planejamento de ações preventivas, além de educação e gerenciamento de serviços de saúde que este profissional tem conhecimentos e habilidades para contribuir (RODRIGUES e NUNES, 2023).

Eliezer, Ferraz e Silva (2021), afirmam que o profissional fisioterapeuta está capacitado para trabalhar em uma atenção mais ampla e preventiva, para além da reabilitação, com a inclusão e ampliação desses profissionais nas equipes multiprofissionais nos diferentes níveis de atenção, na resolução de problemas e promoção da saúde das comunidades. Os mesmos autores ainda ressaltam que o fisioterapeuta desenvolve, além da recuperação funcional, um trabalho contextualizado à realidade de saúde da comunidade local, junto a equipe multiprofissional. Ainda, é fato e condição fundamental a participação do fisioterapeuta na composição de uma equipe de saúde, o trabalho da fisioterapia não fica restrito apenas aos atendimentos de reabilitação, mas também é um profissional essencial nos programas de promoção e prevenção da saúde, participando e contribuindo nos grupos da atenção básica juntamente com demais membros da equipe multiprofissional (PAULETTI, GRIGNET, 2023).

A Classificação Brasileira de Diagnósticos Fisioterapêuticos (CBDF) é uma classificação do estado de saúde atrelado às deficiências cinético-funcionais das pessoas, conceituadas como “alterações nas funções e ou nas

estruturas do corpo inerentes às funções cinéticas dos seguintes sistemas orgânicos: nervoso periférico, nervoso central, musculoesquelético, respiratório, cardiovascular, tegumentar, urinário, genital, digestório e metabólico". A medida que se compreende as possíveis causas que interferem na potência das capacidades funcionais destes sistemas orgânicos e nas limitações de mobilidade e restrições à participação social das pessoas, também é possível pensar em ações de prevenção de deficiências cinético-funcionais e promoção de saúde (COFFITO, 2022). Ações de prevenção podem ser realizadas com pessoas de diferentes faixas etárias, alguns exemplos, prevenção de quedas, prevenção de encurtamentos musculares, prevenção de alterações posturais, prevenção de distúrbios respiratórios, prevenção de feridas de pressão, entre outras.

3 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caráter transversal, descritivo-quantitativo, com dados decorrentes da avaliação dos participantes da Fenachim e da Festa das Cucas nas cidades de Venâncio Aires e Santa Cruz do Sul, no primeiro semestre de 2022 por parte da equipe de projetos de extensão.

A caracterização da amostra foi realizada através das informações sociodemográficas como idade e sexo. Foram investigados o equilíbrio estático, o equilíbrio dinâmico e a flexibilidade muscular de cadeia posterior de membros inferiores (MMII) e coluna lombar (CL). A coleta dos dados e a aplicação dos testes foram realizadas por bolsistas do Projeto Acessibilidade e Saúde: Interdisciplinaridade em Ação e estudantes do curso de Fisioterapia junto ao Pró-Saúde. Compuseram o estudo participantes dos eventos que se dispuseram a realizar os testes fisioterapêuticos após convite informal da equipe quando visitavam o *stand* da UNISC no respectivo evento.

Instrumentos de avaliação

Para avaliar o equilíbrio estático foi utilizado o teste de *Romberg*, que compreende em solicitar ao indivíduo para que se mantenha em pé, com os pés juntos e mãos ao lado do corpo durante 1 minuto. Oscilações na postura indicam resultado positivo (BRASIL NETO; TAKAYANAGUI, 2013).

O *Timed up and go* (TUG) foi aplicado para avaliar o equilíbrio dinâmico. O teste consiste em sentar-se em uma cadeira e receber a ordem de levantar, percorrer uma distância de 3 metros, dar a volta e sentar-se na cadeira. O tempo dispendido é medido com cronômetro a partir da ordem de "vá". Valores de tempo de menos de 10 segundos sugerem indivíduos totalmente livres e independentes; os indivíduos que realizam o teste entre 10 e 19 segundos são independentes, apresentam baixo risco para quedas, pois têm razoável equilíbrio e velocidade de marcha. Aqueles que despendem entre 20 e 29 segundos estão em uma "zona cinzenta", isto é, demonstram dificuldades para as tarefas da vida diária que variam muito, dependendo das diferentes situações que se apresentam ao indivíduo, as quais exigem bom equilíbrio, velocidade da marcha adequada e capacidade funcional, podemos dizer que apresentam médio risco para quedas. Os sujeitos com escore de tempo de 30 ou mais segundos tendem a ser totalmente dependentes para muitas atividades básicas e instrumentais da vida diária (levantar-se de uma cadeira, alimentar-se, trocar-se, banhar-se, caminhar), ou seja apresentam alto risco para quedas (BRETAN et al., 2013). Bhatt et al, (2011) afirmam que o TUG é o teste mais utilizado pela fisioterapia, em especial com idosos, para avaliar e após informar quanto ao possível risco de queda.

O teste Terceiro dedo ao Solo foi aplicado para avaliar a flexibilidade muscular de cadeia posterior de MMII e CL e consiste em solicitar ao indivíduo uma flexão de tronco objetivando tocar os dedos no chão, sem flexionar os joelhos e com fita métrica é medido a distância entre o terceiro dedo e o solo. Resultados maiores de 10 cm indicam encurtamento muscular (MAGNUSSON et al., 1997).

Após a aplicação dos testes, foram entregues a cada participante uma caderneta, organizada pela equipe com os resultados obtidos, e realizado orientações em saúde de acordo com seu desempenho na execução dos testes, visando promoção e prevenção em saúde. Algumas das orientações foram a respeito da prática continuada de atividade física adequada e sugerida a realização de fisioterapia e acompanhamento nutricional.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ações ocorreram durante a Festa Nacional do Chimarrão (Fenachim), no município de Venâncio Aires no mês de maio, e na Festa das Cucas em Santa Cruz do Sul em junho no ano de 2022. A amostra teve um total de 38 participantes, dentre eles 26 eram mulheres e 12 eram homens, a faixa etária dos participantes das duas feiras variou entre 11 e 81 anos, tendo como média 46,2 anos. Na Fenachim a idade variou de 11 a 81 anos (média 47,3 anos) intervalo etário com grande variação, e na Festa das Cucas variou de 25 a 75 anos com uma média de 52,9 anos.

Dos 38 participantes, 29 informaram não ter nenhuma doença ou sintoma, sendo considerados hígidos. Os outros 9 mencionaram algumas comorbidades, dentre eles pós-covid, hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus (DM), fibromialgia, artrose, acidente vascular encefálico (AVE) e disfunção de tireoide.

Equilíbrio estático

No teste de Romberg quatro pessoas com diferentes idades (11, 38, 46 e 66 anos) apresentaram oscilações no equilíbrio estático. Com o avanço da idade, diferentes mudanças ocorrem na vida e no corpo da pessoa idosa. O risco para quedas aumenta e é uma das grandes preocupações que cercam familiares, cuidadores e o próprio idoso, as consequências variam, mas entre elas podemos citar as fraturas, que acabam tornando o idoso dependente de cuidados. Desta forma, o teste de Romberg, auxilia profissionais a identificar o déficit de equilíbrio, podendo assim iniciar o tratamento do paciente, e evitar maiores complicações (ROSA et al., 2019).

Equilíbrio dinâmico

Dentre os diferentes níveis de risco de queda avaliados a partir do TUG, foi constatado que nove pessoas apresentaram baixo risco de quedas, pois o tempo de deslocamento variou entre 10 a 19 segundos, três pessoas apresentaram risco moderado de queda e o restante reações de equilíbrio dinâmico normais, uma vez que realizaram o teste em menos de 10 segundos. A partir dos avanços na saúde, a expectativa de vida da população aumenta exponencialmente e segundo a ONU, até 2025, o Brasil será o 6º país com maior número de idosos no mundo que é a população mais suscetível a quedas (BECKMAN et al., 2021).

O estudo de Borges et al. (2023) que objetivou estimar a prevalência, a incidência e os fatores associados a quedas em idosos, constataram alta prevalência e incidência em 129 idosos, sendo a prevalência de 44,2% e a incidência de quedas de 36,4%. Diferente deste estudo que uma criança e adultos jovens também apresentaram déficit no equilíbrio.

Deste modo, avaliar e orientar essa população quanto a prevenção do risco de quedas é fundamental. Segundo Lima Junior et al. (2019) muitos são os estudos concentrados na área de prevenção e programas de exercícios terapêuticos que promovam o autocuidado e a autonomia funcional objetivando a maior qualidade e perspectiva de vida do idoso, além de qualidade no envelhecimento e redução de quedas que implicam em outros desdobramentos da saúde, em especial fraturas de MMII (LIMA JUNIOR, et al., 2019; MAZON et al., 2021).

Especialmente para as pessoas que apresentaram algum risco de queda a partir do resultado do teste, foram compartilhadas algumas informações a respeito, dentre elas o não uso de tapetes soltos nas residências, não deixar pisos molhados e escorregadios, fazer uso de calçados com solado antiderrapante, fechados e baixos, manter boa iluminação do ambiente, uso de barras de apoio, cuidados com animais domésticos no ambiente, entre outros (ARSIE, 2021).

Flexibilidade muscular

Quanto a flexibilidade muscular de cadeia posterior de MMII e CL, 24 (63,2%) participantes apresentaram flexibilidade normal e os demais foram detectados com encurtamento. As maiores distâncias do teste terceiro dedo ao solo foram 31 cm na Fenachim e 24 cm, na Festa das Cucas.

Não foi coletada a profissão dos participantes nas feiras, nem se apresentavam regiões corporais álgicas, todavia, sabe-se que a posição sentada tem sido uma das posições corporais mais utilizadas, especialmente pelos ambientes de trabalho e pelo uso recorrente e continuado de tecnologias da informação. A postura sentada mantida por longos períodos, traz uma sobrecarga estática nos tecidos do sistema osteomioarticular (BARROS; ÂNGELO; UCHÔA, 2011), favorecendo os encurtamentos musculares, principalmente dos músculos flexores do joelho e flexores do quadril, e também acarretando fraqueza dos músculos abdominais (KENDALL et al., 2007).

Tacon et al. (2017) avaliaram a flexibilidade de docentes de uma instituição de ensino superior, da mesma musculatura avaliada nos participantes das feiras, porém utilizando o teste de sentar e alcançar (Banco de Wells) e constataram que 50% estavam abaixo da média ou ruim/fraco. Para todas as pessoas, mas em especial as que apresentaram encurtamento muscular, fez-se o alerta quanto à importância da atividade física continuada, todavia adequada à faixa etária e condição física da pessoa.

A prática regular de exercícios em níveis adequados assegura diversos benefícios a curto, médio e longo prazo, sendo determinante para a promoção da saúde do indivíduo. Entretanto, essa prática pode levar a desconforto muscular e/ou articular, sensação de rigidez, dor ao movimento que são resultantes da execução do exercício por iniciantes ou do exercício com intensidade e duração inadequadas. E apesar dos benefícios provenientes do exercício físico, a falta de orientação profissional, repetições em determinadas posições e movimentos e a sobrecarga de treinamento, podem provocar um processo de adaptação orgânica que resultará em efeitos deletérios para a postura, equilíbrio muscular, predispondo a lesões (GOMES NETO, PEREIRA, SENA, 2013). Diante disso, quando a pessoa informava algum diagnóstico, também se dialogava sobre a importância do acompanhamento médico, tratamento fisioterápico, nutricional e psicológico.

Coimbra (2022) ao relatar as ações, menciona a participação dos cursos de Fisioterapia, Biomedicina, Enfermagem e Educação Física e confirma a importância da extensão universitária, comprovando que é possível desenvolver projetos de ação interdisciplinar no Ensino Superior e que as ações desenvolvidas reforçam os saberes-fazer dos discentes e enriquece a formação profissional.

5 CONCLUSÃO

A partir das informações, constatou-se que pessoas híidas e com enfermidades de diferentes faixas etárias frequentam festas regionais, com uma maior participação das mulheres nas ações de promoção de saúde propostas pelas equipes de saúde. Além disso, por meio dos testes realizados, evidenciou-se que a maioria dos participantes apresentaram resultados dentro dos padrões de normalidade. Existem diversos aspectos que podem ser levados à população, por meio de orientações e testes, os quais auxiliam no cuidado à saúde, pois também alertam quanto a necessidade do autocuidado e bons hábitos para se ter qualidade de vida.

A Universidade Comunitária pode propiciar múltiplas experiências extramuros aos estudantes em formação, sendo a extensão universitária o principal meio para estas. A parceria entre projetos de extensão universitária com a participação de estudantes e professores em ações extensionistas é de extrema importância, pois além de beneficiar a população, aproxima o estudante da comunidade, propicia o relacionamento interpessoal e o desenvolvimento de novas habilidades, contribuindo para o crescimento profissional e pessoal. Estar junto a comunidade, durante a graduação em fisioterapia, produzindo saúde por meio de ações de promoção e prevenção educam e preparam os futuros profissionais para uma atuação não centralizada na doença.

REFERÊNCIAS

- ALVES, R.A.R. *et al.* Extensão universitária e educação em doenças sexualmente transmissíveis e temas relacionados. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações*, v. 14, n. 2, p. 1079-1083, 2016.
- ARSIE, NEG. Manual de Prevenção de Quedas para Idosos [Recurso Eletrônico]. Curitiba. UFPR. 2021
- BARROS, S.S.; ÂNGELO, R. C. O.; UCHÔA, E.P. B.L. Lombalgia ocupacional e a postura sentada. *Revista Dor, São Paulo*, v. 12, n. 3, p. 226-30, 2011.
- BECKMAN, F.H.S. *et al.* Equilíbrio, mobilidade e capacidade funcional de idosas praticantes de hidroginástica. *Revista Neurociências, [S. l.]*, v. 30, p. 1-15, 2022.
- BHATT, T. *et al.* Dynamic gait stability, clinical correlates, and prognosis of falls among community-dwelling older adults. *Arch Phys Med Rehabil, [S.l.]*, v. 92, n.5, p. 799-805, 2011.
- BISPO JÚNIOR, José Patrício. Fisioterapia e saúde coletiva: desafios e novas responsabilidades profissionais. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.15, p. 1627-1636, 2010.
- BOHANNON W, Richard. Grip strength: An indispensable biomarker for older adults. *Clin Interv Aging*, v. 14, p. 1681-91, 2019.

BORGES, C.L. *et al.* Quedas e fatores associados entre idosos atendidos em uma clínica escola: um estudo de coorte. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v.27, n.3, p.1185-1203, 2023.

BOSCATTELI, P. C.C. *et al.* O Desenvolvimento da Integralidade do Cuidado na Reabilitação Física. Investigação Qualitativa em Saúde. *Investigación Cualitativa en Salud*, v. 2, p. 660-669, 2018.

BRASIL, N. J.P.; TAKAYANAGUI, O.M. Tratado de neurologia da Academia Brasileira de Neurologia. 1. ed., Rio de Janeiro, Elsevier, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: Anexo I da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS/ Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: Anexo I da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS (saude.gov.br). Acesso em: 28 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Ministério da Educação. Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde – Pró-Saúde: objetivos, implementação e desenvolvimento potencial. *Ministério da Saúde, Ministério da Educação*, Brasília, 2009. Disponível em: Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde – Pró-Saúde : objetivos, implementação e desenvolvimento potencial (saude.gov.br). Acesso em: 27 abr. 2023.

BRETAN, O. *et al.* Risk of falling among elderly persons living in the community: assessment by the Timed up and go test. *Braz J Otorhinolaryngol*, v. 79, n.1, p. 8-21, 2013.

COFFITO, Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Resolução nº 387 de 08 de junho de 2011. Fixa e estabelece os Parâmetros Assistenciais Fisioterapêuticos nas diversas modalidades prestadas pelo fisioterapeuta e dá outras providências. n, 115, Seção 1, p. 164, 2011. Disponível em: RESOLUÇÃO N°. 387/2011 – Fixa e estabelece os Parâmetros Assistenciais Fisioterapêuticos nas diversas modalidades prestadas pelo fisioterapeuta e dá outras providências. (coffito.gov.br). Acesso em: 30 abr. 2023. COIMBRA PESSOA, Alessandra. Saúde e educação a serviço da comunidade: uma proposta de ação interdisciplinar. *Escola, Família e Educação: pesquisas emergentes na formação do ser humano*, v. 79, n. 1, p.185-194, 2022. Disponível em: SAÚDE E EDUCAÇÃO A SERVIÇO DA COMUNIDADE: UMA PROPOSTA DE AÇÃO INTERDISCIPLINAR - Editora Científica Digital (editoracientifica.com.br). Acesso em: 25 abr. 2023.

COSTA, D.V.S. *et al.* Extensão Universitária na Promoção da Saúde Infantil: analisando estratégias educativas. *Revista Ciência em Extensão*, v. 11, n. 1, p. 25-31, 2015.

ELIEZER, I.C.G.; FERRAZ, S.B.S.; SILVA, A.O. O. Atribuições do fisioterapeuta na atenção primária à saúde. Ed. 06. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, [S.l.], v. 12, p. 105-127, 2021. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/atribuicoes-do-fisioterapeuta>. Acesso em: 22 abr. 2023.

JANINI, J. P.; BESSLER, D.; VARGAS, A. B. Educação em saúde e promoção da saúde: impacto na qualidade de vida do idoso. *Saúde Debate*, Rio de Janeiro, v. 39, n. 105, p.480-490, 2015.

KENDALL, F. P. *et al.* Músculos Provas e Funções: com Postura e Dor. 5. ed. São Paulo: Manole, 2007.

KESSLER, M. *et al.* Ações educativas e de promoção da saúde em equipes do Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica, Rio Grande do Sul, Brasil. *Epidemiol. Serv. Saude*, Brasília, v. 27, n. 2, 2018. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742018000200017&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 29 abr. 2023.

LIMA JUNIOR, B.A.L. *et al.* Caracterização dos principais exercícios terapêuticos na diminuição de quedas em idosos: Revisão Integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 2, n. 4, p. 2365-2375, 2019.

MAGNUSSON, S.P. *et al.* Determinants of musculoskeletal flexibility: viscoelastic properties, cross-sectional area, EMG and stretch tolerance. *Scand J Med Sci Sports*, [S.l.], v.7, p. 195-202, 1997.

- MAZON, T.C. *et al.* Avaliação do equilíbrio, funcionalidade e qualidade de vida em idosos institucionalizados, comunitários e domiciliares no município de Erechim. *Investigação, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 10, n. 16, p. e911101623412, 2021.
- MORAES, S.L.D. *et al.* Impacto de uma experiência extensionista na formação universitária. *Revista.Cir. Traumatol. Buco-Maxilo-Fac*, Camaragibe, v.16, n.1, p. 39-44, 2016.
- GOMES NETO, M.; PEREIRA, L.; SENA, C. Percepção de lesões musculoesqueléticas em academias de ginásticas de Salvador. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, [S.l], v. 12, n. 4, p. 232-237, 2013.
- PAULETTI, F.A.; GRIGNET, R.J. Percepção do Impacto da Fisioterapia Junto a Equipe Multiprofissional nos Atendimentos Domiciliares aos Pacientes Acamados. Trabalho de Conclusão de Residência. Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do Instituto Latino Americano de Ciências da Vida e da Natureza (ILACVN). Universidade Federal da Integração Latino-Americana. Foz do Iguaçu, 2023. Disponível em: Percepção do Impacto da Fisioterapia junto a Equipe Multiprofissional nos Atendimentos Domiciliares aos Pacientes Acamados (unila.edu.br). Acesso em: 24 abr. 2023.
- PELICIONI, M.C.F.; PELICIONI, A.F. Educação e promoção da saúde: uma retrospectiva histórica. *O Mundo Da Saúde*, São Paulo, v.3, p. 320-328, 2007.
- POSSUELO, L.; SILVA, C.M.; SIMON, E. Pro-Pet Saúde Redes de Atenção: da Implementação à Institucionalização. In: SILVA, C.M. *et al.* Ensino, pesquisa e extensão: história da reorientação profissional da saúde na UNISC. ed. 1. Porto Alegre: Free Press, 2022. ISBN: 978-65-88604-38-0.
- RIOS, D.R.S.; CAPUTO, M.C. Para Além da Formação Tradicional em Saúde: Experiência de Educação Popular em Saúde na Formação Médica. *Revista Brasileira De Educação Médica*, Bahia, v. 43, n. 3, p. 184-195, 2019.
- RODRIGUES, K.V.; NUNES, C.J.R.R. Acolhimento na Atenção Primária à Saúde e atuação da fisioterapia no cuidado à gestante em caráter coletivo: relato de experiência. *Health Residencies Journal*, [S.l], v. 4, n. 1. p. 1-6, 2023.
- ROSA, L.D. *et al.* Associação entre a autorreferência de tontura e testes de equilíbrio estático e dinâmico em idosos. *Distúrbios da Comunicação*, v. 31. n. 1, 2019.
- SAMPAIO, J.S. *et al.* A Extensão Universitária e a Promoção da Saúde no Brasil: Revisão Sistemática. *Revista. Port. Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 3, n. 3, p. 921-930, 2018.
- SILVA, C. M. *et al.* Ensino, pesquisa e extensão: história da reorientação profissional da saúde na UNISC. ed. 1. Porto Alegre: Free Press, 2022. ISBN: 978-65-88604-38-0.
- SANTANA, R.R. *et al.* Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 46, n. 2, p. 98-702, 2021.
- TACON, K. C. B. *et al.* Avaliação da dor lombar correlacionada ao encurtamento dos isquiotibiais em docentes de uma instituição de Ensino Superior. *Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica*, Brasília, v. 15, n. 1, p. 21-6, 2017.