

III MOSTRA DE TRABALHOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ENTRE CUIDADO E MOVIMENTO: PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM TRABALHADORES NO AMBIENTE HOSPITALAR

João Vitor Camilo¹

Junia Aparecida de Paula¹

Anna Carolina Della Chiesa Albéfaro¹

Vinicius Thiago Toshio Matsumura¹

Profa. Dra. Talita Ferreira Biedrzycki²

¹ Alunos do curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.

² Professora do curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.

Introdução: A atuação do profissional de Educação Física na atenção à saúde contempla ações voltadas à promoção do bem-estar e da qualidade de vida em diferentes contextos. Nesse sentido, a experiência desenvolvida na disciplina Práticas em Educação Física na Atenção à Saúde possibilitou a aproximação dos acadêmicos com o ambiente hospitalar e com as demandas dos trabalhadores, além da compreensão da importância da atuação multiprofissional nesse espaço. **Desenvolvimento da experiência:** As intervenções foram realizadas com trabalhadores do Hospital Municipal São Benedito, em Cuiabá-MT, com o objetivo de promover saúde e bem-estar físico e emocional. Foram desenvolvidas atividades lúdicas e de integração, exercícios de mobilidade e alongamento, dinâmicas em dupla com obstáculos de barbante, atividades sensoriais com bexigas antiestresse, exercícios com fitas e elásticos e uma sessão de step funcional. As propostas foram adaptadas à rotina hospitalar, priorizando segurança, participação e acessibilidade. Os participantes demonstraram boa aceitação e envolvimento, com relatos de relaxamento, redução das tensões musculares e maior disposição. Como principal dificuldade, destacou-se o tempo reduzido para as intervenções em razão das demandas de trabalho. **Conclusão:** A experiência evidenciou as possibilidades de atuação da Educação Física na promoção da saúde dos trabalhadores no ambiente hospitalar, por meio de estratégias simples e adequadas à realidade institucional. Para os acadêmicos, a vivência favoreceu o desenvolvimento de conhecimentos relacionados ao planejamento, à comunicação e à intervenção em saúde, além de ampliar a compreensão sobre a atuação multiprofissional e os diferentes espaços de inserção do profissional de Educação Física.

Palavras-chave: Educação Física. Atenção à Saúde. Saúde do Trabalhador. Ambiente Hospitalar. Práticas Corporais.