

Atividades físicas

para portadores de

HIV/Aids

Sistema CONFEF/CREFs ajuda Ministério da Saúde a elaborar manual com orientações sobre atividades físicas para pessoas que vivem com HIV/Aids



É uma unanimidade que a atividade física, quando devidamente orientada, faz bem para a saúde de qualquer pessoa. E quando se fala nos cerca de 700 mil brasileiros que convivem com HIV/Aids, a unanimidade se torna ainda mais verdadeira. É para garantir melhoria de qualidade de vida a esse grupo especial que o Ministério da Saúde elaborou, com a colaboração do Sistema CONFEF/CREFs, o manual *Recomendações para a prática de atividades físicas para pessoas vivendo com HIV e aids*, lançado em junho.

Hoje em dia, com os medicamentos que garantiram um grande aumento de expectativa de vida dos portadores do vírus, a recomendação da prática de atividades físicas foi reforçada. “Começaram a ser identificadas outras doenças relacionadas aos efeitos dos medicamentos e da própria infecção pelo HIV no organismo, em longo prazo: aumento de colesterol, triglicérides, doenças cardiovasculares, diabetes, osteoporose são algumas patologias associadas. Nesses casos, a prática de atividades físicas está bem estabelecida há muito tempo, em relação ao papel preventivo e coadjuvante do tratamento, com todos os aspectos positivos na saúde física e mental”, conta Kátia Abreu, (foto na página 31) assessora técnica do Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais do Ministério da Saúde.

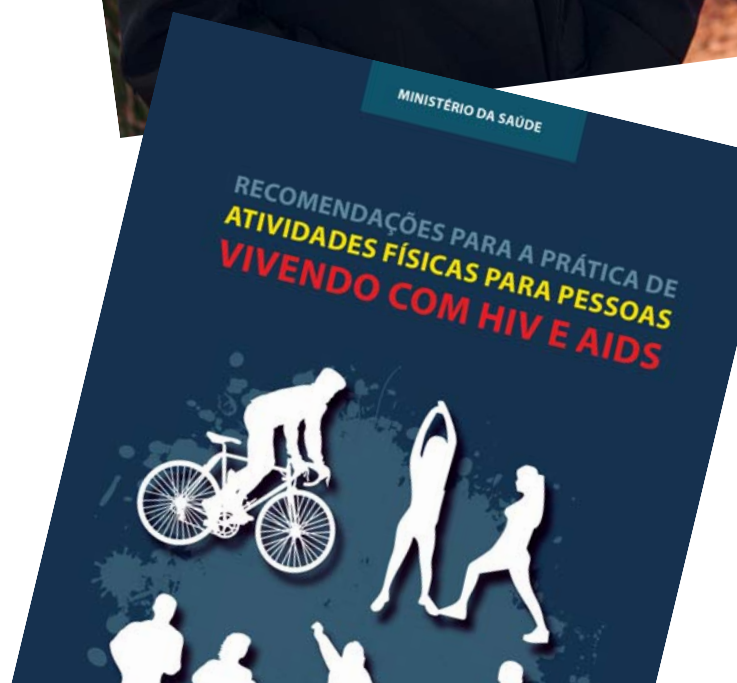
A elaboração da cartilha começou em 2010, quando o Ministério montou um grupo de trabalho composto por profissionais de Educação Física, infectologistas, cardiologistas, ortopedistas, fisioterapeutas e técnicos do Departamento de DST, com a proposta de estabelecer recomendações para os profissionais de Educação Física orientarem a prática de atividades físicas para portadores de HIV/Aids. “Este grupo trabalhou durante um ano para estabelecer as recomendações específicas para a prática de atividades físicas indicadas para os portadores de HIV, a partir de trabalhos científicos publicados no Brasil e no exterior, além da experiência dos profissionais envolvidos no trabalho”, explica Kátia.

O Sistema CONFEE/CREFs foi convidado a participar desse grupo de trabalho e indicou a conselheira regional Cristina Calegari (CREF 000030-G/DF – foto da página 30) como representante. “Trabalho há 16 anos com reabilitação cardiopulmonar e metabólica e atividade físicas para grupos especiais, por isso fui escolhida para representar o CONFEE, com intuito de mostrar a importância do Profissional de Educação Física na atuação da área da saúde”, relembra. “A relevância desse trabalho consiste na possibilidade de oferecer subsídios técnicos aos profissionais de Educação Física, e da saúde em geral, para o desenvolvimento de intervenções que possam contribuir para a melhoria da qualidade de vida e aptidão física das pessoas vivendo com HIV/Aids, visando à promoção da saúde e à prevenção de agravos”, reforça.

PROJETO PILOTO

A intenção do Ministério da Saúde é que essas recomendações sejam conhecidas por todos os profissionais de Educação Física que ficarão nas futuras Academias da Saúde, que o Ministério está implantando em várias cidades brasileiras. Ações de capacitação utilizando o manual já estão acontecendo, em projetos piloto em Recife e Belo Horizonte. “Foram realizados módulos de sensibilização e capacitação específica das equipes de profissionais da Educação Física vinculados à rede pública de saúde. Os pilotos serão avaliados em setembro e, a partir desse resultado, será elaborada uma proposta de ampliação e continuidade desse programa de capacitações técnicas para várias capitais do país”, finaliza Kátia. ❏

Magda Fernanda



PARA SABER MAIS...

O manual *Recomendações para a prática de atividades físicas para pessoas vivendo com HIV e aids* está disponível para download gratuito em bit.ly/Manual-Aids.