



Simpósio de Integração Acadêmica

Inteligência Artificial: A Nova Fronteira da Ciência Brasileira

SIA UFV Virtual 2020



A Academia Escola da Universidade Federal de Viçosa como meio de inclusão social

Larissa de Fátima Azevedo Lellis¹, Paulo Lanes Lobato¹, Deisiane de Souza Pinheiro¹, João Antônio de Souza Neto¹, Gabriel Gomes de Oliveira¹

1- Universidade Federal de Viçosa, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física.

larissa.lellis@ufv.br, plobato@ufv.br, deisiane.pinheiro@ufv.br, joao.a.souza@ufv.br, gabriel.g.oliveira@ufv.br

Educação Física – Ciência da Saúde

Trabalho de Pesquisa

Palavras-chave: Empresa Júnior, Academia, Inclusão.

Introdução

A Organização Mundial da Saúde recomenda 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 75 minutos de intensidade elevada por semana para adultos. Em relação aos exercícios de força e resistência muscular é recomendado 2 ou mais dias por semana. Em uma pesquisa realizada na Universidade Federal de Viçosa (UFV) nos 3 campus com um total de 2.272 universitários, Câmara (2018, p.13) encontrou os seguintes dados, em relação a assistência estudantil, 89,0% (n=2023) dos graduandos relataram não ter incentivo para participar de organizações atléticas e de lazer na universidade, além disso 68,8% relataram ter ansiedade e 47,5% falta de vontade para realizar tarefas cotidianas. Assim, o papel da Academia Escola da UFV é de extrema importância, uma vez que atua na promoção da qualidade de vida dos estudantes e na inclusão social.

Objetivos

Analisar o projeto Academia Escola enquanto fomentador da inclusão social na oferta do exercício físico como meio de melhoria da qualidade de vida de universitários.

Metodologia

O estudo se caracteriza como qualitativo descritivo, por se basear na análise de indicadores dos participantes, como contrato de vinculação, controle de presença, pesquisas de satisfação e histórico geral do projeto.

Resultados e Discussão

A Academia Escola, desde 2013, vem promovendo dois objetivos da EFICAP, a formação acadêmica tanto em gestão quanto técnica e o estímulo a prática da atividade física orientada, que busca a melhoria na qualidade de vida para os universitários. Nesse sentido observou-se um aumento relativo na frequência dos alunos, sendo considerado fator decisivo de impacto na saúde física e psicológica dos participantes que são majoritariamente pessoas de vulnerabilidade social, residentes nas moradias estudantis da universidade. Além da competência na gestão e dos estagiários há de se destacar o apoio da Universidade e do departamento de Educação Física na disponibilização do espaço físico e do tempo para uso nas atividades, fator importante que atende às necessidades pessoais e não interfere no tempo de estudos dos alunos, o que favorece a participação. Além disso, o custo de participação não se constitui em barreira pois é acessível às condições financeiras dos participantes e atende o princípio de oferta de serviços de baixo custo pelas Empresas Juniores em relação ao mercado. Acrescente-se ainda sua localização, considerada fator que facilita o acesso dos estudantes, por ser dentro do campus universitário.

Conclusões

Ficou explícito que a Academia Escola auxilia de maneira positiva na inclusão social e melhora na qualidade de vida dos estudantes, promovendo a prática da musculação de maneira acessível, de baixo custo e orientada. O que implica na promoção da saúde mental e física dos estudantes da UFV. Além disso, auxilia na formação dos alunos da Educação Física, com oferta de estágios orientados e atividades administrativas, o que fomenta o espírito empreendedor e a prática na gestão de academia.

Agradecimentos



Departamento de Educação Física