

AÇÕES PREVENTIVAS E VIDA SAUDÁVEL: ABORDAGENS E REFLEXÕES NA UNIPAMPA - CAMPUS DOM PEDRITO/RS

Fernanda Barreto ¹

Rafaela Melo Ferreira ²

Gabrielly Carvalho da Silva ³

Letícia Moro ⁴

Geise Loreto Laus Viegas ⁵

Maria Elaine dos Santos Leon ⁶

Resumo:

1 INTRODUÇÃO: Refletindo ações preventivas em saúde pública para fomento a melhoria da qualidade de vida e, por consequência promover o bem-estar de discentes da graduação da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) em Dom Pedrito/RS, foram realizados eventos, através de palestras sobre drogas, ansiedade, concentração e rendimento acadêmico, ministradas por profissionais atuantes nas áreas. Para haver uma ideia de qualidade de vida é importante elencar fatores relacionados à saúde, como trabalho, família, amigos, e outras circunstâncias do cotidiano (PEREIRA et al, 2012). As ações promovidas e os temas abordados tinham como objetivo promover a conscientização e a mudança de hábitos no público-alvo alcançado. **2 METODOLOGIA:** O trabalho foi realizado através de palestras, que ocorreram entre os meses de maio, julho e agosto de 2018 no campus, tendo como público alvo, discentes matriculados em cursos de ensino superior em nível de graduação: Agronegócio, Ciências da Natureza, Educação no campo, Enologia e Zootecnia, perfazendo um total de 751 discentes. A divulgação das ações foi feita através de cartazes distribuídos pelo campus, ofícios, redes sociais e convites, alcançando um total de 165 participantes. Na abordagem inicial, o tema retratado por uma farmacêutica foi: "Impactos na saúde com o uso de álcool e drogas". A segunda ação foi sobre "Ansiedade na vida acadêmica", ministrada por uma psicóloga e sobre "Treino Cognitivo e Jogos Digitais: como melhorar a aprendizagem, memorização e a atenção", ministrada por uma analista de tecnologia da informação e uma psicóloga. **RESULTADOS e DISCUSSÃO:** No mês ocorrido de cada ação, os resultados apurados mostram a participação dos alunos que compõe os cursos do campus Dom Pedrito e também contou com a presença de indivíduos da comunidade externa, conforme é demonstrado a seguir. **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Diante da participação dos discentes nessas ações, é esperado que internalize e agregue conhecimento, mudança de hábitos, perspectiva, quebra de antigos paradigmas, levando à reflexão a respeito dos assuntos abordados e de sua importância para ter uma melhor qualidade de vida. **REFERÊNCIAS:** PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; SANTOS, Anderlei dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação 244. Rev. bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo, v.26, n.2, p.241-50, abr./jun. 2012.

Palavras-chave: promoção da saúde, qualidade de vida, comunidade

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

AÇÕES PREVENTIVAS E VIDA SAUDÁVEL: ABORDAGENS E REFLEXÕES NA UNIPAMPA - CAMPUS DOM PEDRITO/RS

¹ Aluno de graduação. fbdavilaph@gmail.com. Autor principal

² TAE - Assistente em Administração, UNIPAMPA, Campus Dom Pedrito/RS. rafaelasantos@unipampa.edu.br. Co-autor

³ Acadêmica do Curso de Ciências da Natureza - UNIPAMPA, Campus Dom Pedrito/RS. gabiicrvalho@gmail.com. Co-autor

⁴ Acadêmica do curso de Zootecnia - UNIPAMPA, Campus Dom Pedrito/RS. letimoro@gmail.com. Co-autor

⁵ Técnico Administrativo em Educação. geiselaus@unipampa.edu.br. Orientador

⁶ TAE - Analista de TI, UNIPAMPA, Campus Dom Pedrito/RS. marialeon@unipampa.edu.br. Co-orientador

ACÇÕES PREVENTIVAS E VIDA SAUDÁVEL: ABORDAGENS E REFLEXÕES NA UNIPAMPA - CAMPUS DOM PEDRITO/RS

1 INTRODUÇÃO

Refletindo ações preventivas em saúde pública para fomento a melhoria da qualidade de vida e, por consequência promover o bem-estar de discentes da graduação da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) em Dom Pedrito/RS, foram realizados eventos, através de palestras sobre drogas, ansiedade, concentração e rendimento acadêmico, ministradas por profissionais atuantes nas áreas. Para haver uma ideia de qualidade de vida é importante elencar fatores relacionados à saúde, como trabalho, família, amigos, e outras circunstâncias do cotidiano (PEREIRA *et al*, 2012). As ações promovidas e os temas abordados tinham como objetivo promover a conscientização e a mudança de hábitos no público-alvo alcançado.

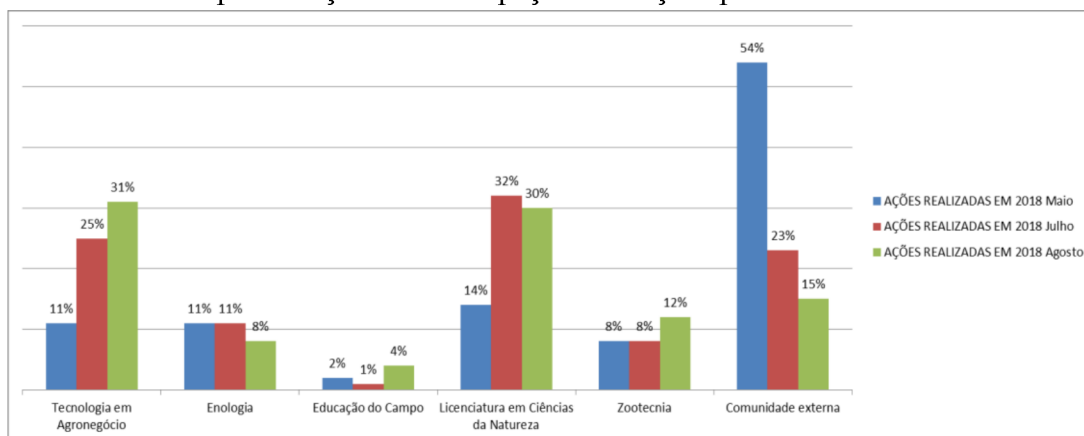
2 METODOLOGIA

O trabalho foi realizado através de palestras, que ocorreram entre os meses de maio, julho e agosto de 2018 no campus, tendo como público alvo, discentes matriculados em cursos de ensino superior em nível de graduação: Agronegócio, Ciências da Natureza, Educação no campo, Enologia e Zootecnia, perfazendo um total de 751 discentes. A divulgação das ações foi feita através de cartazes distribuídos pelo campus, ofícios, redes sociais e convites, alcançando um total de 165 participantes. Na abordagem inicial, o tema retratado por uma farmacêutica foi: "Impactos na saúde com o uso de álcool e drogas". A segunda ação foi sobre "Ansiedade na vida acadêmica", ministrada por uma psicóloga e sobre "Treino Cognitivo e Jogos Digitais: como melhorar a aprendizagem, memorização e a atenção", ministrada por uma analista de tecnologia da informação e uma psicóloga.

RESULTADOS e DISCUSSÃO

No mês ocorrido de cada ação, os resultados apurados mostram a participação dos alunos que compõe os cursos do campus Dom Pedrito e também contou com a presença de indivíduos da comunidade externa, conforme é demonstrado a seguir (ver Gráfico 1).

Gráfico 1- Representação da Participação nas Ações promovidas



Fonte: Dados Primários (2018)

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da participação dos discentes nessas ações, é esperado que internalize e agregue conhecimento, mudança de hábitos, perspectiva, quebra de antigos paradigmas, levando à reflexão a respeito dos assuntos abordados e de sua importância para ter uma melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; SANTOS, Anderlei dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação 244. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.26, n.2, p.241-50, abr./jun. 2012.