

Projeto de Extensão: APS – PM e PF: Avaliação de parâmetros de Saúde da Polícia militar e Federal

Coordenadores: Professores Dra. Bráulio Henrique Magnani Branco, Dr. Samuel Morais, Ms. Marilene Guiraldi, Ms. Zeinab Hussein e Ms. Joed Ryal

Participantes: Bolsistas, Técnicos, Estagiários vinculados ao Laboratório Interdisciplinar de Intervenção em Promoção da Saúde, Alunos de Graduação dos Cursos de Ciências Biológicas e da Saúde e do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde

O projeto “Avaliação de parâmetros de saúde da polícia militar e federal” tem como objetivo, a seguinte questão: como implementar métodos de intervenção eficazes na rotina dos servidores, para incentivar a qualidade de vida e promover a saúde? A justificativa que sustenta o projeto, foca no fato da necessidade em desenvolver um bom condicionamento físico para desempenhar as funções laborativas dos servidores com agilidade, habilidade e eficiência diante as circunstâncias emergentes. A aptidão física emerge como uma capacidade fundamental de apoio, uma vez que o desempenho bem-sucedido depende de elevado preparo físico para desempenhar suas tarefas diárias. Desse modo, o monitoramento das capacidades físicas torna-se essencial e crucial para aprimorar ou manter o desempenho dos policiais, pois cada fase dessa profissão implica em adaptações fisiológicas e demandas metabólicas, influenciadas pelo turno de trabalho e pelas exigências operacionais. Portanto, é de extrema importância a implementação de programas multiprofissionais, envolvendo diferentes profissionais como nutricionistas e profissionais de educação física, com o objetivo de otimizar as habilidades físicas, a fim de não promover apenas a melhoria da qualidade de vida, alimentação, sono e do desempenho físico e metabólico, mas também favorecer o rendimento profissional e pessoal. Considerando os benefícios mencionados e a efetividade dos programas multiprofissionais na promoção da saúde e do desempenho atlético, o projeto de extensão visa desenvolver métodos de intervenção eficazes na rotina e saúde dos servidores, incentivando-os a incorporar hábitos saudáveis e atividades de lazer em seu dia-a-dia de trabalho, com foco na promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida.