

**Secretaria Municipal de Saúde
Diretoria de Vigilância Epidemiológica
Doenças Crônicas Não Transmissíveis**

**Serviços que oferecem atividade física, práticas corporais e
exercício físico no município de Itajaí**

Exercício físico

Qualquer Atividade Física planejada, estruturada e repetitiva que tem por objetivo a melhoria e a manutenção de um ou mais componentes da aptidão física (CASPERSEN et alii, 1985).

Atividade física

Qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em gasto energético maior do que os níveis de repouso (CASPERSEN et alii, 1985)

Práticas Corporais

Qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em gasto energético maior do que os níveis de repouso (CASPERSEN et alii, 1985)

Dados

- Cerca de 5,3 milhões de mortes por ano no mundo são atribuídas à inatividade física.
- Um quarto da população de adultos e mais da metade dos idosos não atingem as recomendações de 150 minutos de atividade física (AF) semanais.
- Os baixos níveis de atividade física da população mundial fizeram com que a inatividade física recebesse o status de pandemia.

Dados do 1º Quadrimestre de 2019

Número de óbitos: 93

54(58%) óbitos por câncer

20(21,5%) por doenças do aparelho circulatório

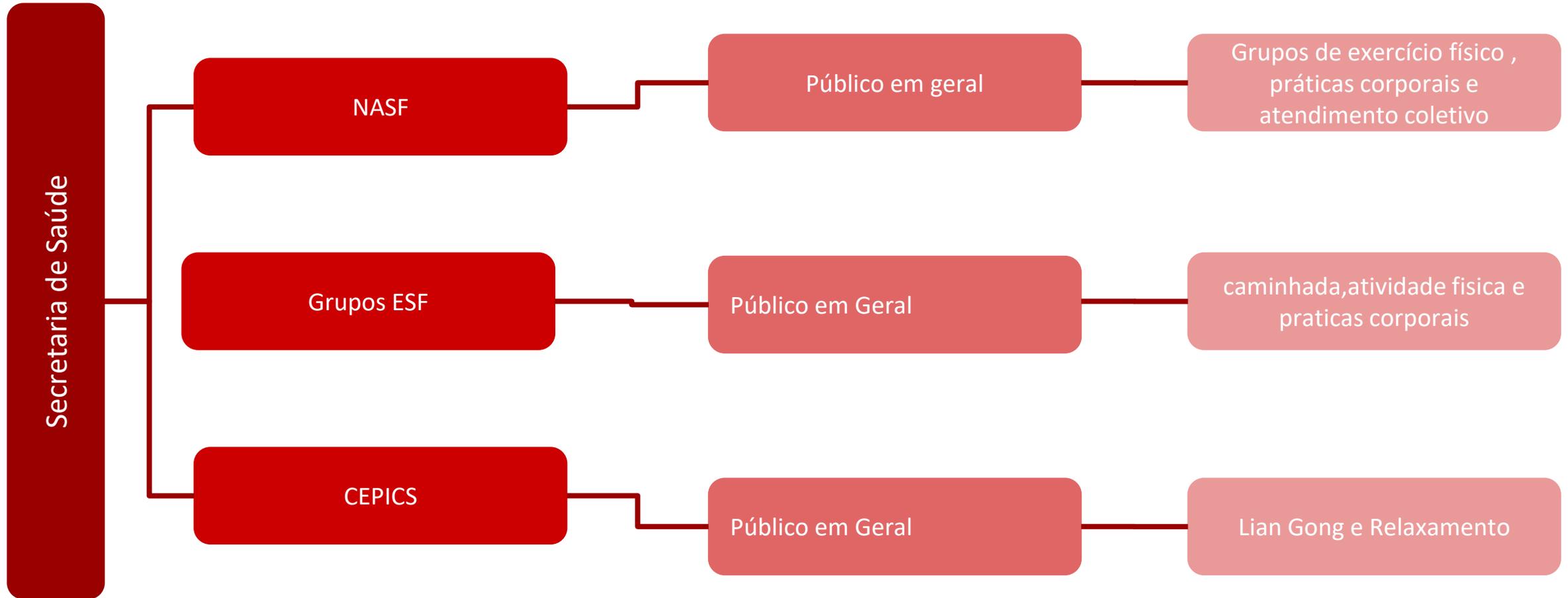
12(13%) por doenças respiratórias crônicas

07(7,5%) por diabetes.

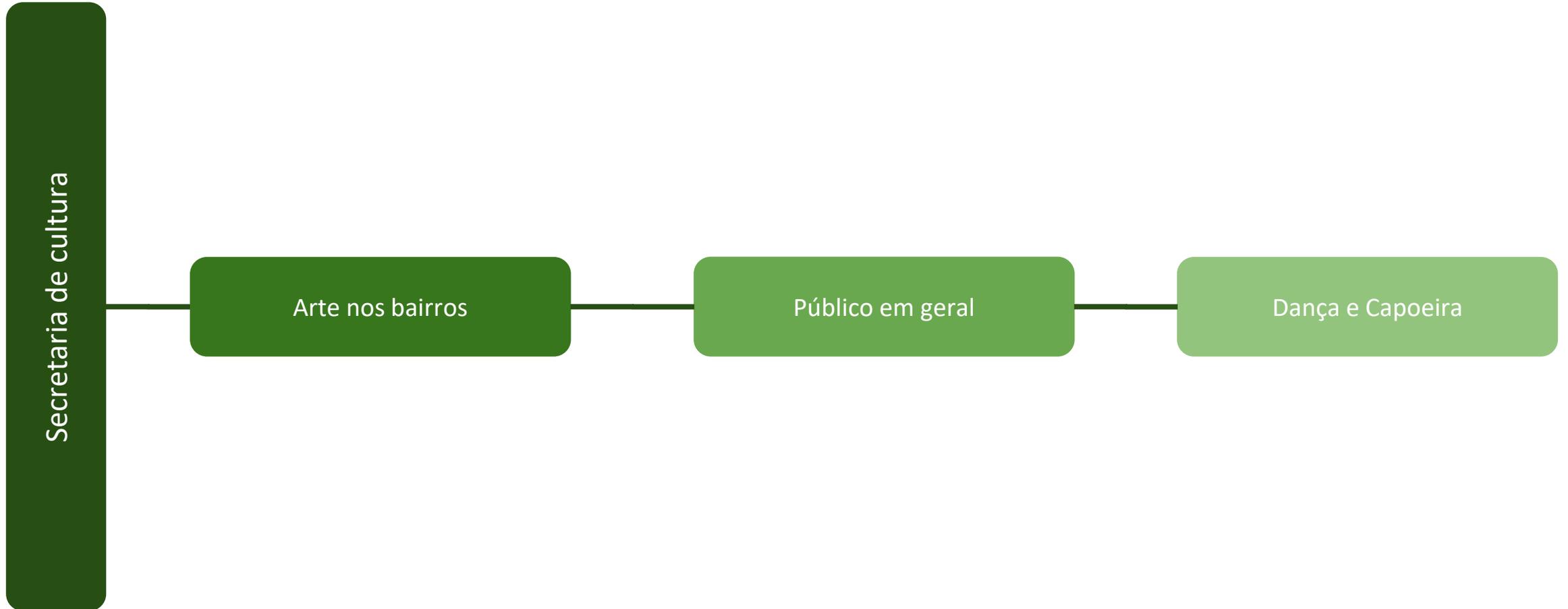
Fluxograma FMEL



Fluxograma Secretária de Saúde



Fluxograma Secretaria de Cultura



Itajaí ativo

- Trabalha com promoção da saúde e qualidade de vida
- Público em Geral
- Pilates, Treinamento funcional, Práticas corporais, Vôlei adaptado, Educação em saúde, Viagens de turismo
- Horário de Funcionamento: 07h30min às 17h30min

Nadar

- Núcleo Aquático de Desenvolvimento Atlético e Reabilitacional
- Público em Geral
- Natação, Natação Paradesportiva, Hidroginástica
- Horário de Funcionamento: 13h00min às 19h00min

Programa Paradesportivo

- Tem como objetivo favorecer o desenvolvimento global da pessoa com deficiência, bem como, sua integração e inclusão na sociedade pela prática esportiva, adequada às suas necessidades.
- Pessoas com deficiências (DV-DA-DI-DF)
- Natação
- Horário de funcionamento: 13h00min às 19h00min

Escolinhas esportivas

- Promover a socialização, o desenvolvimento psicomotor e a formação esportiva para crianças e adolescentes, promovendo a inclusão e a cidadania.
- Crianças e Adolescentes
- Futebol, Volei. Muay Thay, Boxe, Jiu Jitsu, Judô, Ginástica, Rítmica, Karatê , Futsal Capoeira ,Handebol ,Xadrez ,Atletismo
- Horário de funcionamento: 13h00min às 19h00min

Projeto Terceira idade

- Fomentar as modalidades adaptadas e promover a prática de atividade física para tal público
- Terceira Idade
- Vôlei Adaptado, Handebol Adaptado
- Horário de Funcionamento: 13h00min às 19h00min

NASF

- Tem por objetivo promover o apoio matricial à estratégia da saúde da família (ESF) a fim de contribuir em práticas que ampliem o cuidado integral no território.
- Público em geral
- Atendimento Coletivo, Grupos de exercício físico e práticas corporais

Estratégia saúde da família(ESF)

- Busca promover a qualidade de vida da população e intervir nos fatores que colocam a saúde em risco, como falta de atividade física, má alimentação e o uso de tabaco.
- Público em geral
- Grupo de caminhada, Grupos de atividade física

CEPICS

- Oferece à população novos recursos terapêuticos, visando à promoção da saúde ao invés de apenas tratar as doenças.
- Público em geral
- Liang Gong, Relaxamento

Arte nos bairros

- O programa Arte nos Bairros tem como proposta levar arte, cultura e entretenimento de qualidade às comunidades do município.
- Público em geral
- Capoeira e Dança
- Horário de Funcionamento: 08h00min às 17h00min