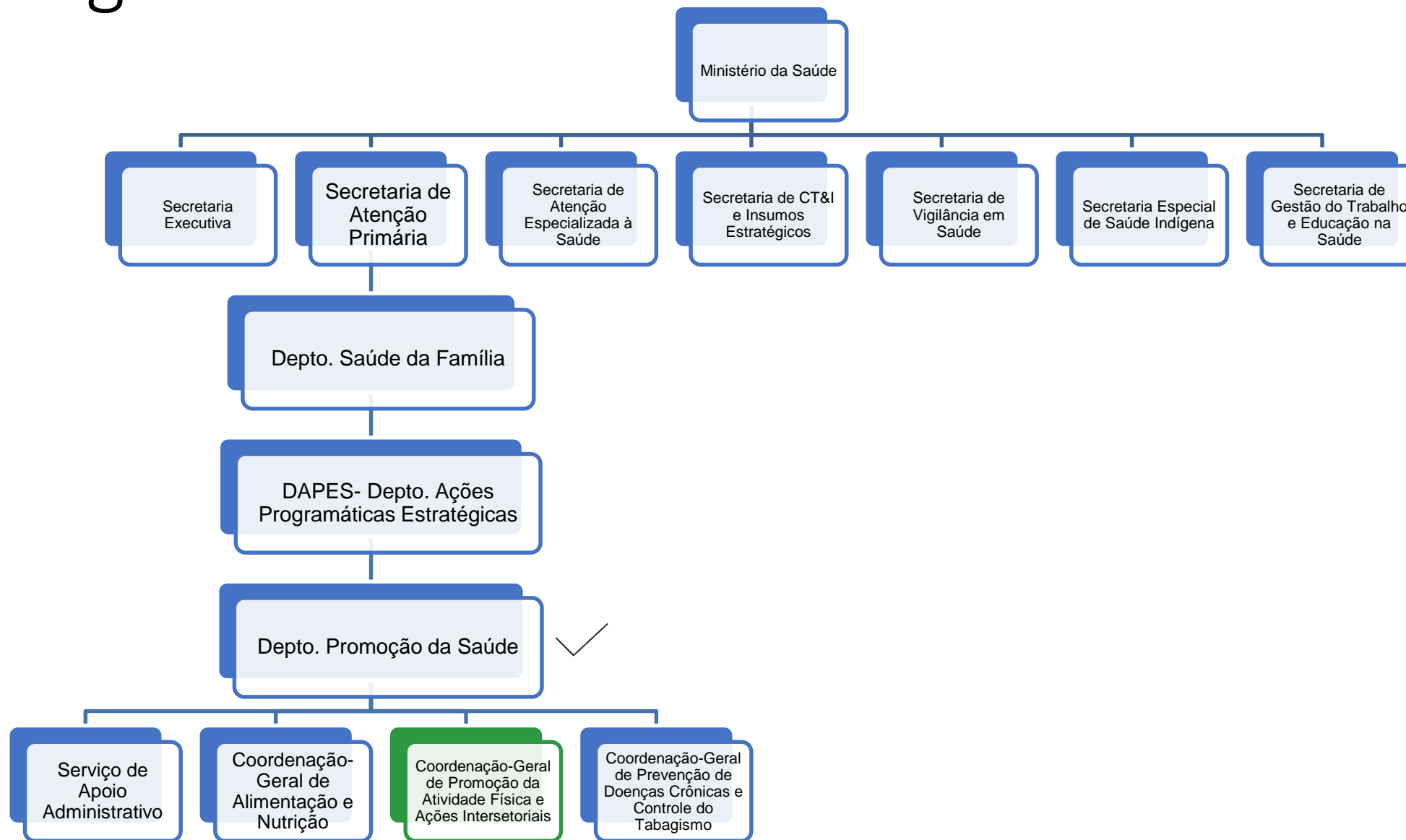


# Promoção da atividade física na Atenção Primária à Saúde

Coordenação Geral de Promoção da Atividade Física e Ações intersetoriais  
Departamento de Promoção da Saúde/SAPS/MS

# Organograma

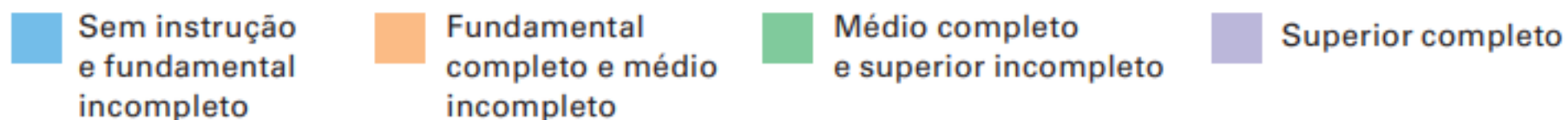
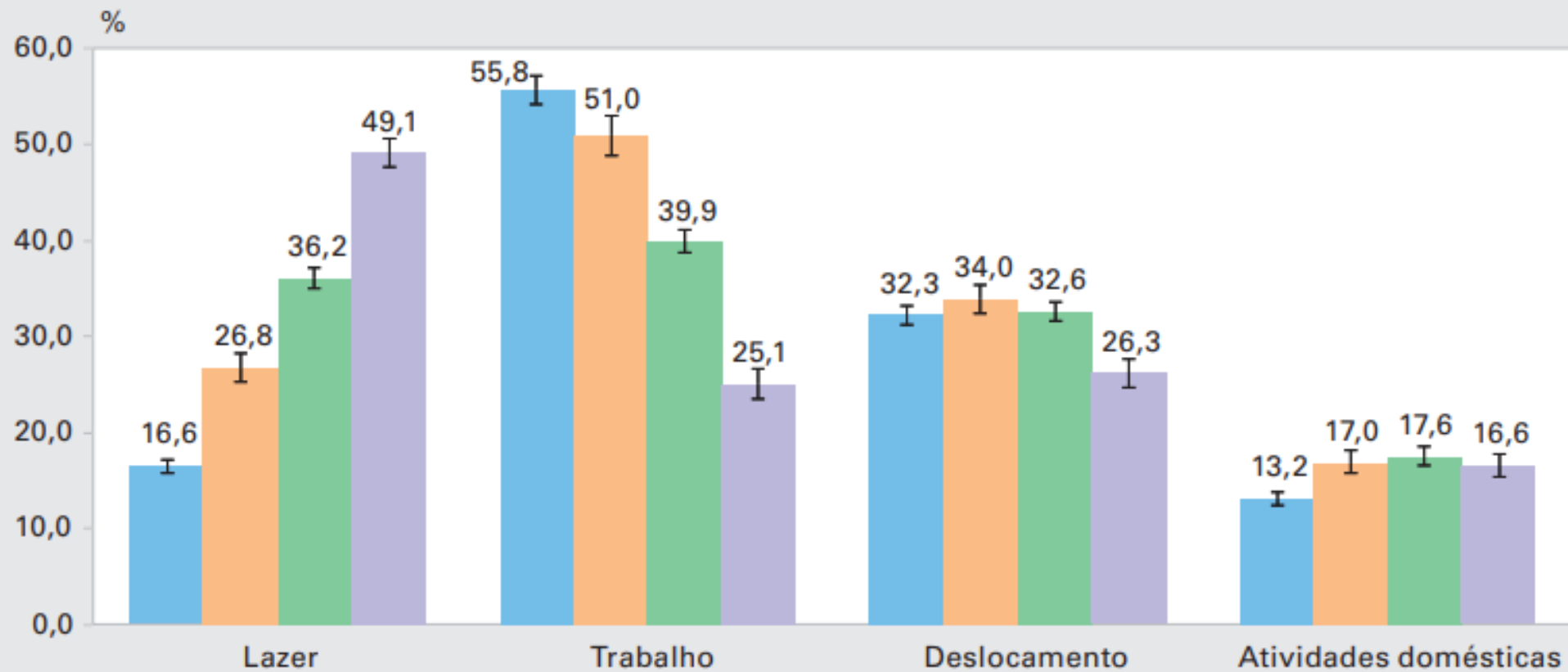


# Atividade física

---

- Comportamento que envolve movimento voluntário do corpo com gasto de energia acima do nível de repouso
- Pessoas interagem entre elas e com o ambiente
- Leve, moderada e vigorosa
- Domínios da atividade física
  - No lazer ou tempo livre (preferências e oportunidades)
  - No deslocamento
  - No trabalho ou estudo
  - Nas tarefas domésticas
- Todo exercício físico é uma AF estruturada, planejada e repetitiva

**Gráfico 20 - Proporção de pessoas de 18 anos ou mais de idade que praticaram atividade física, com indicação do intervalo de confiança de 95%, por nível de instrução, segundo o domínio de atividade - Brasil - 2019**



Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa Nacional de Saúde 2019.



# Atividade física e Covid-19



Artigos

Aproximadamente 29.900 resultados (0,09 s)

A qualquer momento

Desde 2021

Desde 2020

Desde 2017

Período específico...

Obesity, eating behavior and **physical activity** during **COVID-19** lockdown: A study of UK adults

[E Robinson](#), [E Boyland](#), [A Chisholm](#), [J Harrold](#)... - *Appetite*, 2021 - Elsevier

Eating, **physical activity** and other weight-related lifestyle behaviors may have been impacted by the **COVID-19** crisis and people with obesity may be disproportionately affected. We examined weight-related behaviors and weight management barriers among ...



### Atividade Física e Redução do Comportamento Sedentário durante a Pandemia do Coronavírus

Physical Activity And Reducing Sedentary Behavior During The Coronavirus Pandemic

Francisco José Gondim Pitanga,<sup>1</sup> Carmem Cristina Beck,<sup>2</sup> Cristiano Penas Seara Pitanga<sup>3</sup>

#### Considerações finais

As evidências com base nos estudos consultados confirmam a importância da continuidade da prática de atividade física, durante a pandemia do novo coronavírus, na intensidade/duração leve a moderada, preferencialmente em ambiente abertos, ou mesmo dentro de casa. Além disso, é muito importante que se enfatize também a redução do comportamento sedentário, ou seja o tempo que ficamos sentados, deitados ou reclinados em frente a televisão, computador e semelhantes, excetuando-se as horas de sono.

## Hormônio liberado na atividade física pode ter efeito contra a Covid-19, sugere estudo com testes in vitro

Pesquisadores descobriram que o hormônio altera a expressão de genes reguladores do ACE2, que codifica uma proteína à qual o vírus se liga para entrar nas células humanas.

Por G1

12/08/2020 15h46 · Atualizado há 7 meses



### Human needs in COVID-19 isolation

Thiago Matias, Fabio H Dominski<sup>1</sup>, David F Marks<sup>2</sup>

First Published May 6, 2020 | Editorial | Find in PubMed | Check for updates  
<https://doi.org/10.1177/1359105320925149>

Article information ▾



#### Abstract

To reduce the spread of COVID-19, the World Health Organization and the majority of governments have recommended that the entire human population should 'stay-at-home'. A significant proportion of the population live alone or are vulnerable to mental health problems yet, in the vast majority of cases, individuals in social isolation have no access to mental healthcare. The only resource is people themselves using self-help, self-medication and self-care. During prolonged COVID-19 isolation, an in-built system of homeostasis can help rebalance activity, thought and feeling. Increased physical activity enables a reset of physical and mental well-being. During periods of lockdown, it is recommended that exercise should be as vigorously promoted as social distancing itself.

## A atividade física pode influenciar no efeito da vacina para COVID-19 em idosos?

Francisco José Gondim Pitanga<sup>1</sup>  
 <https://orcid.org/0000-0002-1033-8684>  
Cristiano Penas Seara Pitanga<sup>2</sup>  
 <https://orcid.org/0000-0001-8276-3738>  
Carmem Cristina Beck<sup>3</sup>  
 <https://orcid.org/0000-0002-9429-9140>

**Resumo** – Estudos tem demonstrado reduções na capacidade de resposta imune com o processo do envelhecimento (imunosenescência). Fatores de estilo de vida (atividade física e dieta) começaram a ser investigados como possíveis coadjuvantes para melhorar o efeito das vacinas sobre o sistema imunológico em idosos. O objetivo deste artigo de opinião é analisar os estudos sobre atividade física e o efeito de vacinas contra a influenza, na tentativa de sugerir que os seus resultados possam ser encontrados, também, em futuras pesquisas sobre atividade física e vacinas contra o COVID-19. Considerando os resultados dos trabalhos analisados, pode-se sugerir que a prática de atividade física melhora as respostas à vacina contra a influenza. Desta forma, pode-se supor, que ao se fazer a transferência destes achados para o COVID-19, a importância da prática regular da atividade física na população específica de idosos passa a ser extremamente relevante durante a atual pandemia.

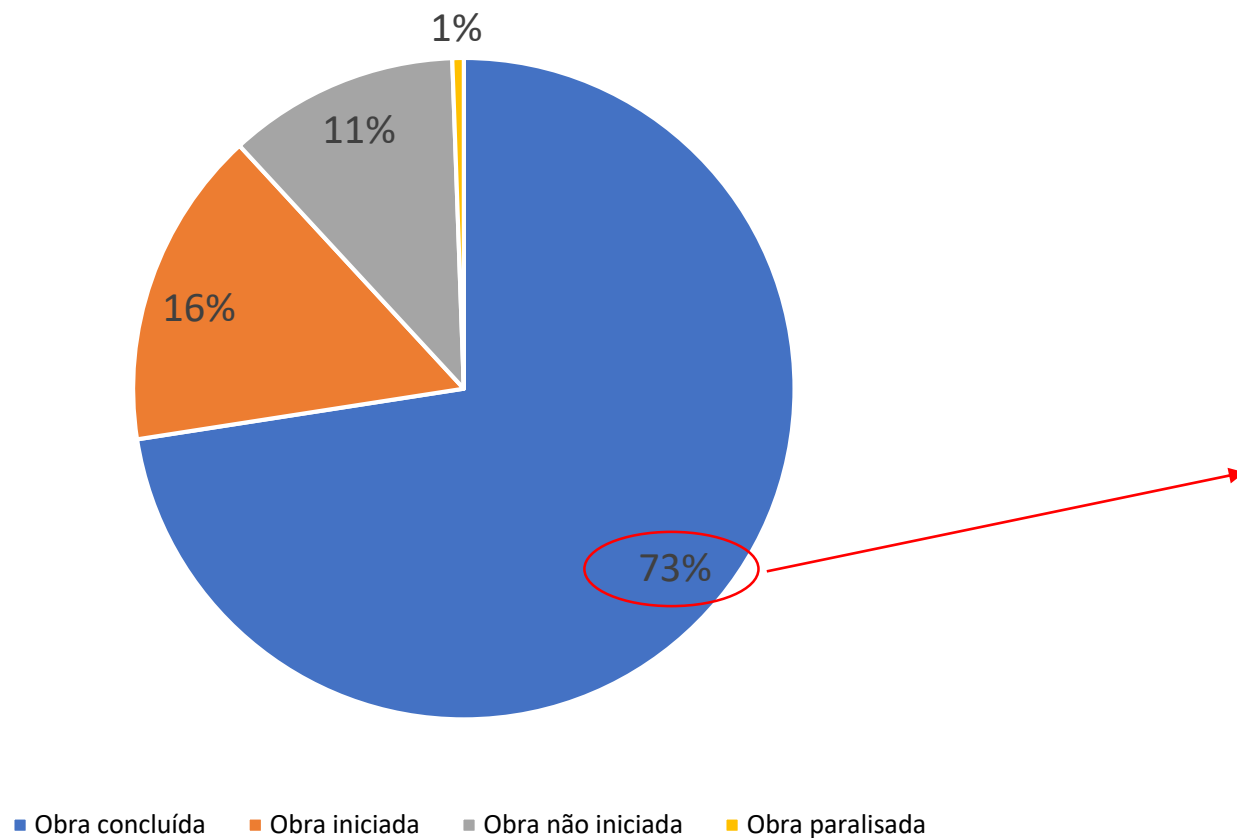
**Palavras-chave:** Atividade física; Atividade motora; COVID-19; Doenças preventíveis por vacina; Idoso.



# Programa Academia da Saúde

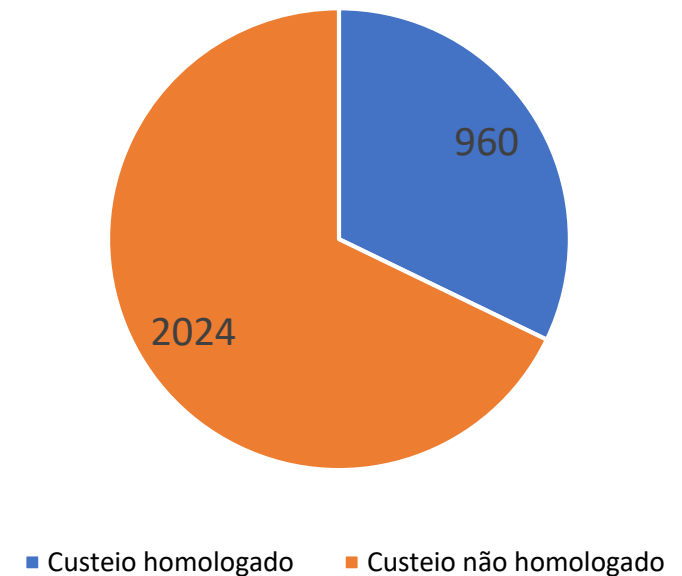


Percentual de propostas de construção de polo do Programa Academia da Saúde, por estágio da obra, 2011 a 2021.

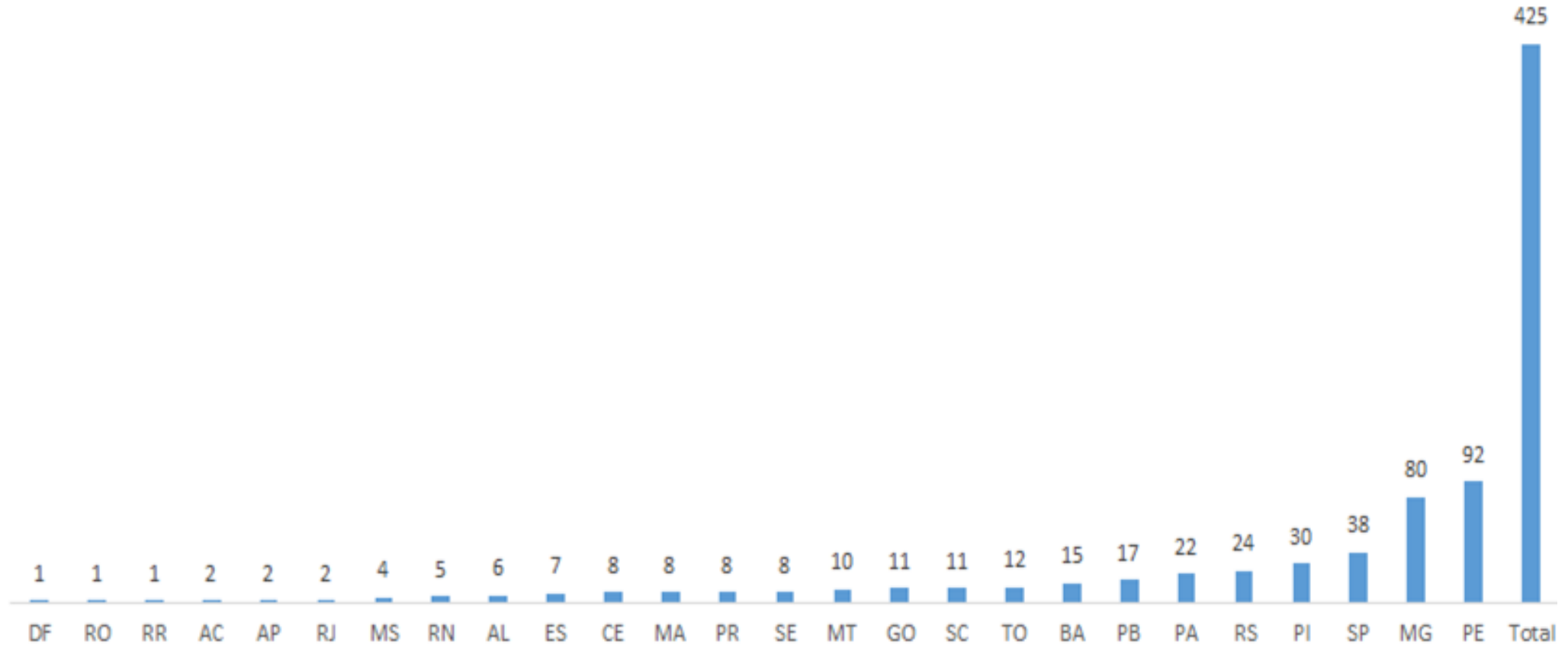


Situação	%	Quantitativo
Obra concluída	73%	2984
Obra iniciada	16%	641
Obra não iniciada	11%	465
Obra paralisada	1%	23
Total	100%	4113

Situação do custeio dentre os polos concluídos (n=2.984), Programa Academia da Saúde, 2011 a 2021.



# Custeio dos polos similares ao PAS



# Evidências sobre o PAS

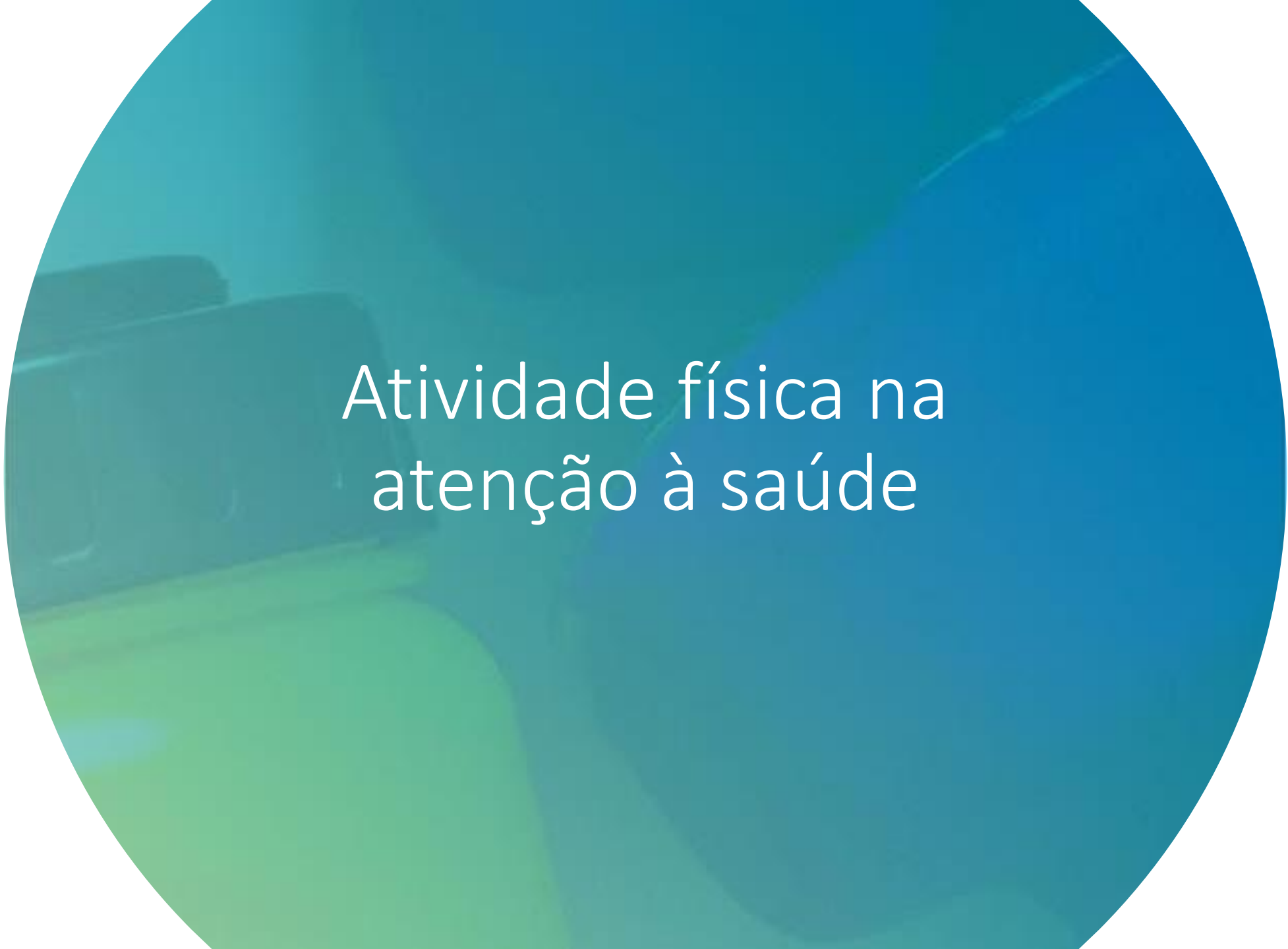
- As chances de ter vida ativa e não consumir álcool aumentam para usuários do PAS. [1;2]
- Protocolos de manejo de peso, com exercícios físicos orientados, mostraram efeitos positivos para os usuários dos PAS. [2;3]
- Quanto maior o tempo de participação no PAS maiores as chances de ter índice de massa corporal (IMC) saudável e não fumar. [2]
- Municípios com o PAS tiveram redução nos custos de internações por doenças cerebrovasculares (R\$ 1.258,61/10 mil hab). [4]

1. Fernandes AP et al. Programa Academias da Saúde e promoção da atividade física no município: a experiência de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Ciênc. Saúde Colet.* 22 (12), p. 3903- 3914, 2017

2. Lopes, ACS et al. Management of overweight in women in primary care. *Demetra*; 2018; 13(4); 839-850;

3. Deus, RM et al. The impact of a nutritional intervention on the nutritional status and anthropometric profile of participants in the Health Gym Programme in Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(6):1937-1946, 2015

4. Lima RCF, Rodrigues BLS, Farias SJM, Lippo BRS, Guarda FRB. Impacto do Programa Academia da Saúde sobre gastos com internações hospitalares por doenças cerebrovasculares. *Rev Bras Ativ Fís Saúde.* 2020;25:e0166. DOI: 10.12820/rbafs.25e0166.



# Atividade física na atenção à saúde

Promoção da saúde

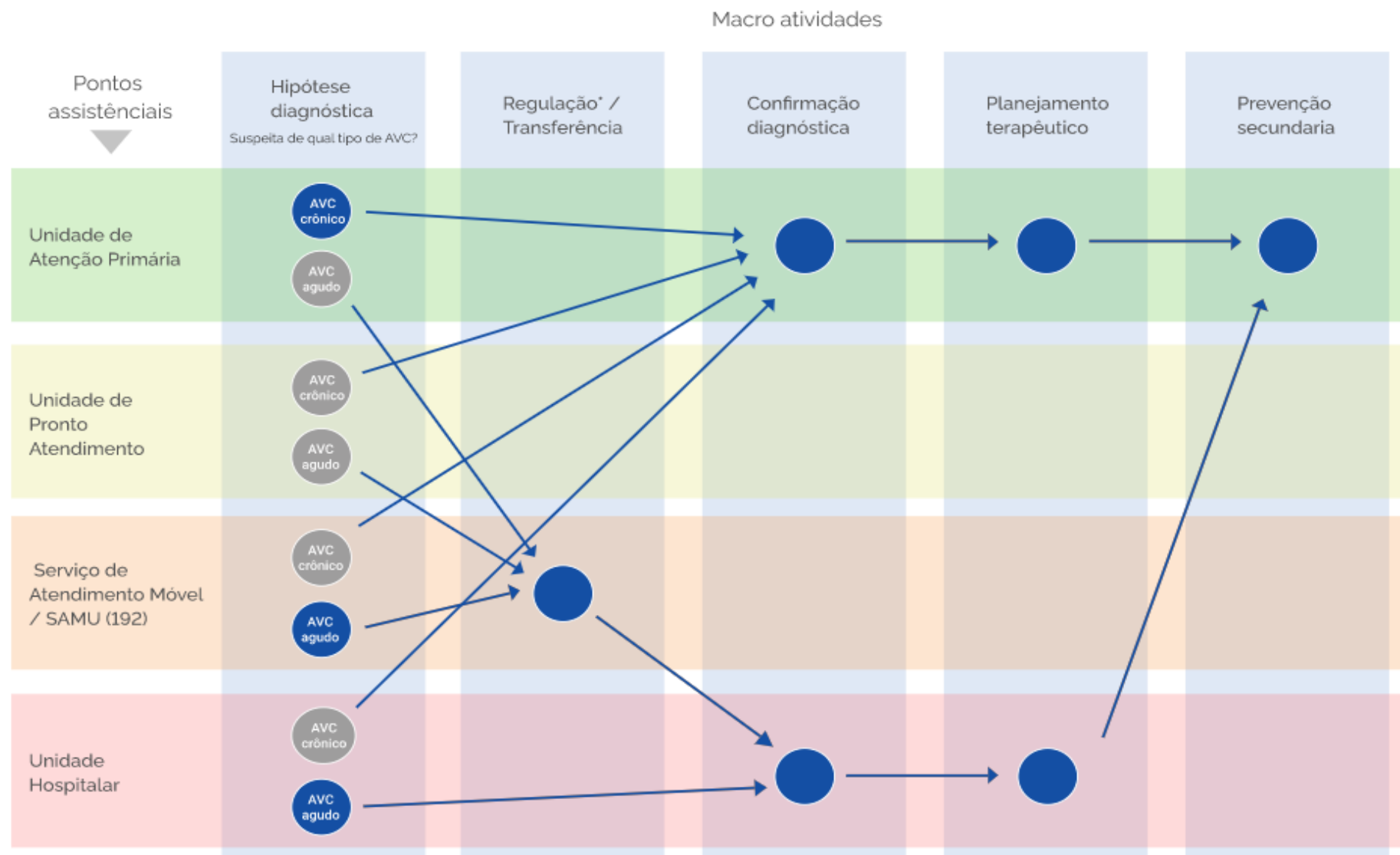
Prevenção de doenças e agravos

Atividade física na  
atenção primária

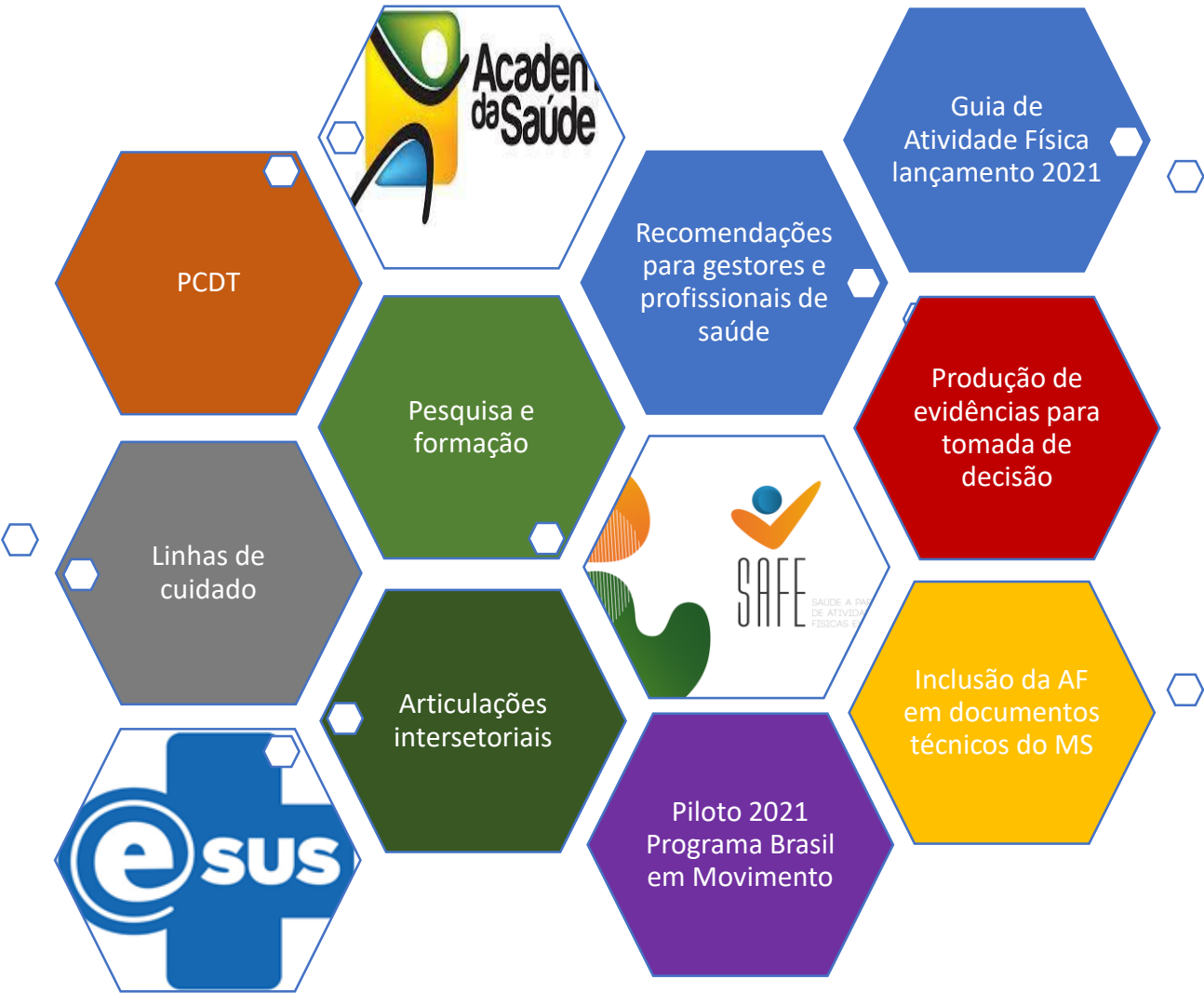
Integralidade da atenção

Produção de cuidado

# Fluxo assistencial na Rede de Atenção



# Ações em implementação



# Ações em construção

Política Nacional  
de Atividade Física  
na atenção  
primária (PNAF)

Avaliação do PAS

Estratégias de  
qualificação do PAS

Projeto  
Reabilitação no pós  
Covid-19

Equipe  
multiprofissional

Estratégias de  
incorporação do  
PAS na PNAF



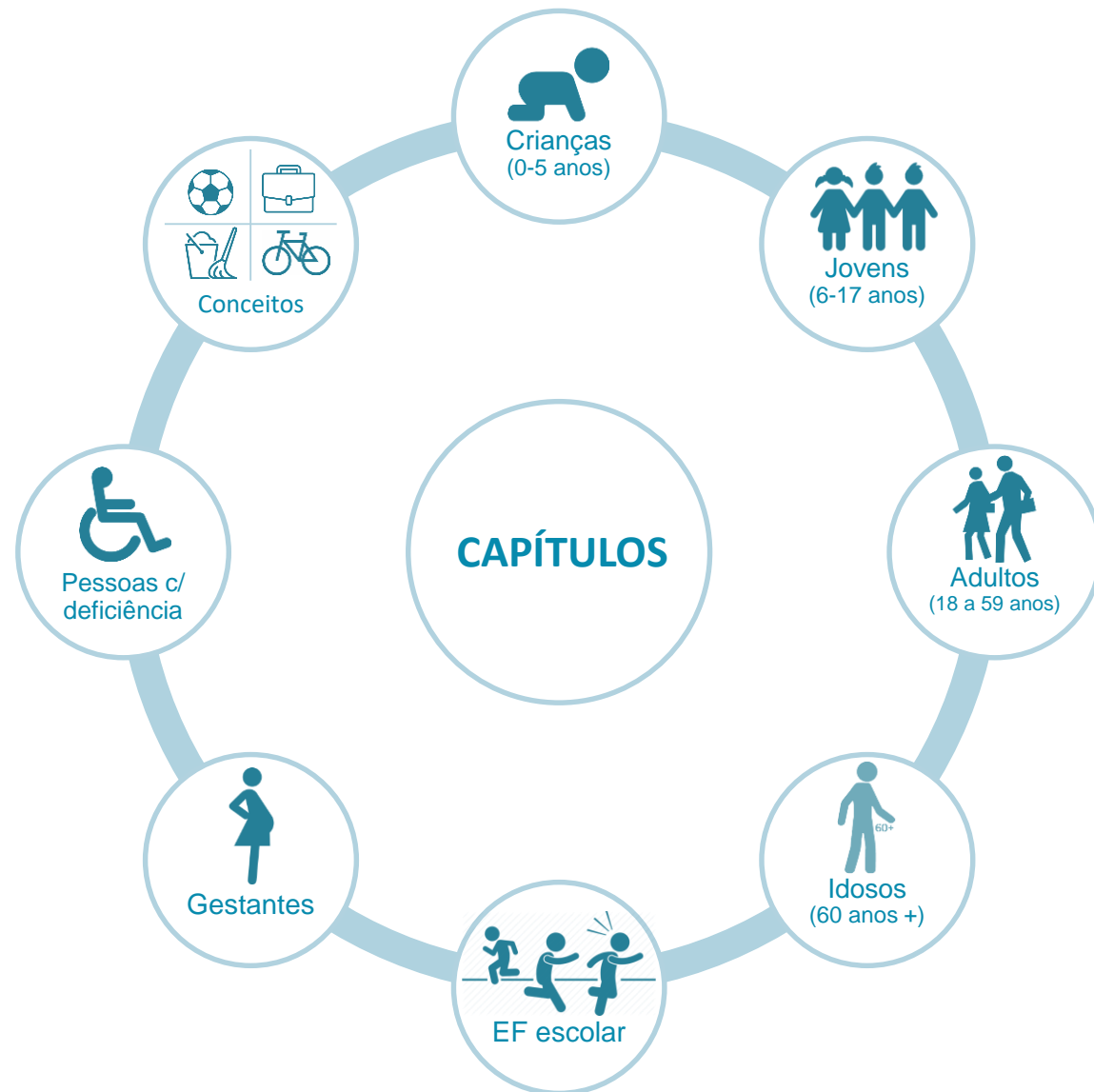
# Ações de comunicação à população

- Guia de Atividade Física para a População Brasileira
- Campanhas nas redes sociais do MS
- Conecte SUS
- Site



# Guia de Atividade Física para a População Brasileira

- Construído em parceria com a UFPel;
- 70 pesquisadores envolvidos (apenas um não era da Educação Física);
- Criteriosa revisão da literatura científica;
- Escutas a setores e instituições relacionados, especialistas e população;
- Consulta pública;
- Versão inglês, espanhol, braile e audiobook.





# Profissional de Educação Física na Saúde

# CBO 2241-40 tornou-se permanente em 2020

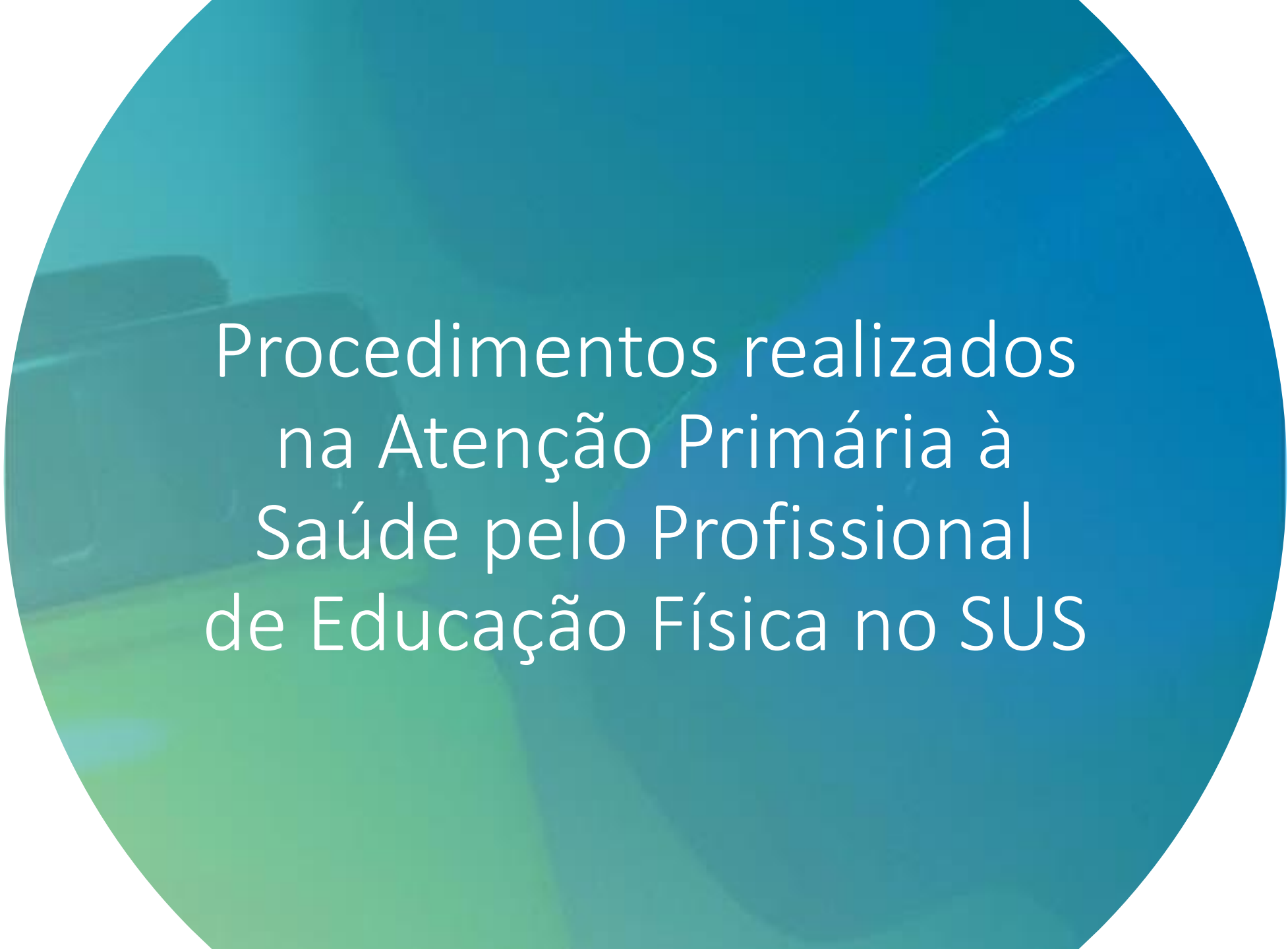
---

*(...) estruturam e realizam ações de promoção da saúde mediante práticas corporais, atividades físicas e de lazer na prevenção primária, secundária e terciária no SUS e no setor privado*

- Revisão das áreas técnicas do MS para aumento de procedimentos em andamento

## Quantitativo de CBO 2241 por “categoria” no SCNES

CBO	Descrição	Total
224105	<u>AVALIADOR FISICO</u>	382
224110	<u>LUDOMOTRICISTA</u>	6
224115	<u>PREPARADOR DE ATLETA</u>	3
224120	<u>PREPARADOR FISICO</u>	302
<b>2241E1</b>	<b><u>PROFISSIONAL DE EDUCACAO FISICA NA SAUDE</u></b>	<b>7097</b>
224125	<u>TECNICO DE DESPORTO INDIVIDUAL E COLETIVO (EXCETO FUTEBOL)</u>	43
224130	<u>TECNICO DE LABORATORIO E FISCALIZACAO DESportiva</u>	103
224135	<u>TREINADOR PROFISSIONAL DE FUTEBOL</u>	1
	<b>TOTAL</b>	<b>7937</b>



Procedimentos realizados  
na Atenção Primária à  
Saúde pelo Profissional  
de Educação Física no SUS

## Produção registrada no Sistema de Informação da Atenção Primária à Saúde, acumulada, por ano.

Procedimento	2019		2020	
	UBS	PAS	UBS	PAS
Aferição de PA	13157	30	9176	3.427
Triagem oftalmológica	2471	0	443	0
Medição de peso	1470	0	2164	139
Acupuntura - ins. de agulhas	471	0	377	0
Teste rápido para hepatite C	380	135	431	0
Teste rápido de HIV	343	93	365	0
Teste rápido para sífilis	321	81	369	0
Medição de altura	27	0	448	66
Glicemia capilar	5	0	138	158

Atendimento individual	2019		2020	
	UBS	PAS	UBS	PAS
Demanda espontânea escuta inicial/orientação	9.988	992	8.205	536
Consulta agendada	22.950	2.174	13.743	2.519
Demanda espontânea atendimento urgência	56	8	192	36
Consulta agendada cuidado continuado	28.825	8.154	16.944	4.296
Demanda espontânea consulta no dia	11.249	3.569	10.584	611

Temas das atividades coletivas	2019		2020	
	Nº atividades	Nº participantes	Nº atividades	Nº participantes
Saúde ocular	142.347	2.486.842	51.874	801.825
Práticas corporais / atividade física	5.999	163.183	1.346	27.104
Programa nacional de controle do tabagismo sessão 1	455	20.674	204	9.996
Desenvolvimento da linguagem	304	4.594	103	1.399
Aplicação tópica de flúor	239	12.594	54	4.635
Saúde auditiva	212	2.353	59	429
Programa nacional de controle do tabagismo sessão 4	191	12.106	47	4.610
Verificação da situação vacinal	149	5.268	7	147
Programa nacional de controle do tabagismo sessão 3	135	4.546	7	92
Escovação dental supervisionada	126	1.138	34	308
Antropometria	124	1.010	23	179
Programa nacional de controle do tabagismo sessão 2	103	824	29	162

Coordenação Geral de Promoção  
da Atividade Física e Ações  
intersectoriais  
Departamento de Promoção da  
Saúde/SAPS/MS

[depros@saude.gov.br](mailto:depros@saude.gov.br)  
[cgprofi@saude.gov.br](mailto:cgprofi@saude.gov.br)