

## EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESTRATÉGIAS DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE URUGUAIANA/RS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

William Martins dos Santos <sup>1</sup>  
Gustavo Goulart Pinto <sup>2</sup>  
Pedro Dalcin Santos <sup>3</sup>  
Rodrigo Lemos Soares <sup>4</sup>

### RESUMO

A inatividade física aumenta a incidência de tipos de câncer, diabetes e osteoporose, o que torna o exercício físico essencial para a prevenção dessas doenças. A Estratégia de Saúde da Família (ESF) é um modelo de atenção básica que tem como objetivo promover a saúde e prevenir doenças em populações de territórios específicos, profissionais da área da saúde desempenham um papel importante para o bem-estar físico e mental de inúmeras famílias. Na Licenciatura em Educação Física (EF), na Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana/ RS, o componente de Prática como Componente Curricular IV, coloca os alunos em contato com as ESFs, buscando ampliar seus conhecimentos sobre diferentes contextos e meios que um profissional de Educação Física pode desempenhar seu papel. Portanto, esse trabalho tem como objetivo relatar as experiências vividas em uma ESF, por discentes do quarto semestre do Curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade Federal do Pampa. A metodologia utilizada para a realização do trabalho baseou-se em três principais momentos: observação, idealização e aplicação, sendo todo o processo registrado em um diário de campo. O primeiro momento - observação das aulas realizadas e na troca de experiências com o educador físico atuante na ESF. O segundo momento - avaliação das informações obtidas e na elaboração de atividades para a aula prática com exercícios que incluíssem todos os participantes. Por fim, a realização da aula prática com a proposta de exercícios e dinâmicas. Referente aos resultados, aponta-se a busca pela participação nas propostas. Conclui-se que a prática de atividade física contribui para a melhora da saúde física e bem-estar mental, visto que, ao executar os exercícios em grupo os alunos acabam criando conexões sociais em um ambiente acolhedor, e reforça a importância do professor de Educação Física, que por muitas vezes age como apoio emocional e social.

**Palavras-chave:** Educador, Atividade Física, Saúde.

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Pampa - RS, williammds.aluno@unipampa.edu.br;

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Pampa - RS, gustavogoulart.aluno@unipampa.edu.br;

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Pampa - RS, pedrodalcin.aluno@unipampa.edu.br;

<sup>4</sup> Professor orientador: Doutor em Educação (UFPeL), Universidade Federal do Pampa - RS, rodrigolemos@unipampa.edu.br



## INTRODUÇÃO

De acordo com o Ministério da Saúde (2024), a Estratégia Saúde da Família (ESF), criada em 1994, é a ação prioritária de atenção do Sistema Único de Saúde (SUS), cada ESF é responsável pelos cuidados de, em média, 3.000 pessoas nas cidades. A ESF visa à reorganização da atenção básica no país, de acordo com os preceitos do SUS, e é tida pelo Ministério da Saúde e gestores estaduais e municipais como estratégia de expansão, qualificação e consolidação da atenção básica. Isso ocorre por favorecer uma reorientação do processo de trabalho, com maior potencial de aprofundar os princípios, diretrizes e fundamentos da atenção básica, ampliar a resolutividade e impacto na situação de saúde da população, além de propiciar uma importante relação custo-efetividade (Brasil, 2024). Cada unidade é composta por médico generalista, enfermeiro generalista, técnico em enfermagem e agentes comunitários.

As Unidades Básicas de Saúde (UBS), instaladas próximo aos locais de trabalho, estudo e lazer, desempenham um papel fundamental na garantia de uma atenção primária à saúde de qualidade. Ao adentrar os espaços fora escola a EF amplia seus campos de atuação, fator que influencia os currículos de formação inicial, além de potencializar os processos de humanização de práticas (Soares et. al, 2024). O Brasil é o único país com mais 100 milhões de habitantes com sistema de saúde público, universal, integral e gratuito (Brasil, 2012).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os Determinantes Sociais da Saúde (DSS) são os fatores não médicos que influenciam os resultados de saúde. Eles são determinados pelas condições onde a pessoa nasce, cresce, trabalha, vive e envelhece, afetando entre 30% e 50% dos desfechos de saúde. O Ministério da Saúde destaca que a promoção da saúde é uma das estratégias fundamentais para a melhoria da qualidade de vida da população.

A inatividade física aumenta a incidência de câncer de cólon, câncer de mama, diabetes do tipo II e osteoporose (Katzmarzyk & Janssen, 2004), tornando exercícios físicos essenciais para a prevenção de doenças. Ademais, segundo a OMS, as últimas estimativas globais indicam que 1,4 bilhões de adultos (27,5% da população adulta mundial) não atingem o nível recomendado de atividade física (AF) para melhorar e proteger sua saúde, evidenciando a necessidade de incentivar a prática de AF no cotidiano da população.

Ao analisar estudos sobre a inclusão de exercícios físicos para o tratamento de pessoas depressivas ou ansiosas, as pesquisas apresentaram melhorias significativas no processo de



reabilitação, e quando interrompido, apresentou retrocesso no tratamento de indivíduos com tais transtornos. Ademais, estudos mostram que a AF desempenha um papel fundamental para o aumento da autoestima, sensação de prazer e interação social (Batista e De Oliveira, 2015).

Estudos realizados em São Paulo indicam que a presença de praças e/ou ciclovias, bem com a existência de dois ou mais tipos de destinos recreativos a menos de 500 m de residências, aumenta a participação de adultos em caminhadas nos momentos de lazer (Florindo et al., 2017).

Ao considerar a prática de AF sob a perspectiva da ludicidade, é fundamental proporcionar aos indivíduos com menor frequência de atividades um sentido de prazer e satisfação pela atividade. O acompanhamento de um profissional de Educação Física aliado ao lazer possibilita a construção de valores voltados à melhoria da qualidade de vida. Assim, o momento de exercício para esse indivíduo deixa de ser apenas uma obrigação voltada a condição física e saúde, e passa a ser uma atividade prazerosa ligada ao seu momento de lazer, como uma caminhada ao ar livre, dança ou qualquer outro movimento corporal que promova bem-estar (Da Silva et al., 2017). Atividades físicas sob um olhar mais lúdico são um meio de incentivar a prática regular de exercícios físicos sem que o foco esteja apenas na procura por resultados, mas sim na busca pelo movimento corporal, o que consequentemente, gera benefícios à saúde da população.

## **METODOLOGIA**

Do ponto de vista metodológico, este relato de experiência caracteriza-se pela compreensão da realidade vivenciada pelos discentes do quarto semestre do curso de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana/RS, durante o componente curricular Prática como Componente Curricular IV (PCCIV), nos meses de outubro a dezembro de 2024. O estudo foi realizado no município de Uruguaiana-RS, na Estratégia de Saúde da Família (ESF) 04, localizada no Bairro COHAB I. Para as atividades propostas na ESF, a metodologia utilizada baseou-se em três principais momentos: observação, idealização e aplicação das atividades.

No que se refere a recursos humanos, a ESF 04 conta com uma equipe composta por um médico, um cirurgião dentista, um auxiliar de saúde bucal, um profissional de Educação Física, três agentes comunitários de saúde (ACS), cinco agentes de combate a endemias, um enfermeiro, três técnicos em agente comunitários de saúde e quatro técnicos de enfermagem.



Atualmente, para a realização das atividades relacionadas a Educação Física e práticas corporais, a ESF dispõe de uma academia ao ar livre. Além disso, ao lado da unidade, localiza-se a Casa das Mães, ambiente de socialização entre as mulheres do bairro, e possui um espaço que possibilita a realização das aulas de Pilates e treinamento funcional.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

O objetivo deste estudo foi analisar o programa de saúde e o trabalho do profissional de Educação Física dentro de uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) e, posteriormente, aplicar alguma atividade relacionada à promoção e prevenção de saúde. No primeiro momento, os discentes têm como intuito a observação das aulas realizadas pelo profissional de Educação Física atuante na ESF. Durante essa fase, foi possível identificar quais tipos de atividades o professor considerava necessárias para se trabalhar com determinado grupo específico atendido. No caso da ESF 04, o grupo era composto majoritariamente por mulheres idosas. Ainda nessa etapa, os discentes têm a oportunidade de conhecer a unidade como um todo, bem como verificar quais materiais estavam disponíveis e em condições adequadas para a realização da futura aula. Foi identificada uma variedade de materiais, em sua maioria em boas condições, como colchonetes, halteres, bolas de Pilates, arcos e alguns materiais adaptados, como cones feitos com garrafa PET.

Ao observar a aula proposta pelo professor que atua na ESF, notou-se a importância da escolha dos exercícios na academia ao ar livre para a melhora da força, do Pilates para o aumento da flexibilidade e a atividade aeróbica, realizada no entorno da ESF para grupos da faixa etária idosa. De acordo com Franchi e Montenegro (2005), a prática de AF além de beneficiar à capacidade funcional, também promove melhorias na aptidão física do idoso, que pode ser relacionada à capacidade de realizar atividades do cotidiano, além de reduzir o risco de doenças crônico-degenerativas associadas ao sedentarismo. Essas atitudes do profissional dialogam com premissas de perfil epidemiológico, os quais, segundo Rocha e Centurião (2017), “[...] se compõem por enfermidades relacionadas ao fazer das pessoas requer uma intervenção complexa e integral, mais voltada para uma saúde promotora de autocuidado, demandando ações que incorporem no cotidiano da assistência princípios sociais, formativos e educativos [...]” (Rocha e Centurião, 2007 p. 17).

O ambiente administrado pelo profissional de Educação Física da ESF torna-se acolhedor, uma vez que, ao término dos exercícios, os alunos dispõem de um espaço para a troca de experiências e conhecimentos junto ao professor, trazendo benefícios para a saúde



mental e social dos participantes. Ao fomentar essas relações saudáveis, o professor assume o papel de promotor do bem-estar físico, mental e social, incentivando a prática de AF de forma lúdica e apresentando resultados significativos na melhora da saúde do grupo participante.

Após a primeira fase de observação e visitas à ESF, os discentes que compunham o grupo se reuniram para formular a aula e dar início à segunda fase, de idealização. Nesse momento, organiza-se as informações obtidas junto ao educador físico da ESF e as percepções obtidas durante as visitas, a fim de elaborar atividades e definir exercícios que contemplassem todo o grupo de mulheres idosas participantes das aulas. Consideraram-se suas limitações, como dores, dificuldades para caminhar e se equilibrar, além de restrições de mobilidade. Essas limitações tornam certos movimentos desafiadores para a população idosa, impactando significativamente sua independência e aumentando os riscos de quedas e outras complicações de saúde. No entanto, esses olhares derivam da premissa de que “[...] a EF opera muito articulada às vertentes adotadas pelo trabalhador que está à frente das ações. Esta potencialidade pode gerar conflitos, já que os demais núcleos profissionais da saúde têm no modelo biomédico sua sustentação e intervenção histórica” (Furtado; Knuth, 2015, p. 522).

O terceiro momento corresponde à aplicação das atividades definidas na segunda fase, após aprovação e discussão com o profissional de Educação Física atuante na ESF, que avalia se os exercícios e dinâmicas estão de acordo com o objetivo de promover saúde e bem-estar para cada indivíduo. No início da atividade, os integrantes do grupo de discentes apresentaram-se brevemente, explicando seu papel e os objetivos das atividades, que visam promover a prática de exercícios físicos como meio de melhorar a saúde e a qualidade de vida dos participantes. Nesse momento inicial, também foi destacado a importância de integrar hábitos saudáveis ao dia a dia.

Na sequência, realizou-se um alongamento inicial para preparar o corpo para os exercícios. Essa etapa é fundamental, pois, de acordo com Di Alencar e Matias (2010), o aquecimento melhora o desempenho físico, permitindo que o corpo se adapte de forma mais eficiente ao esforço do exercício. Dessa forma, os participantes conseguem manter maior estabilidade durante a prática, além de estarem mais concentrados para executar os movimentos corretamente.

A parte principal da atividade tem início com uma explicação detalhada dos exercícios que serão realizados. Após as orientações, os participantes iniciam a prática, dividida em etapas. Primeiramente, realizam caminhada em uma área ao redor da ESF, uma atividade aeróbica que auxilia no aquecimento do corpo e na melhora da circulação sanguínea, após a caminhada, estipula-se uma pausa para a hidratação. Em seguida, inicia-se um circuito na



academia ao ar livre, com equipamentos que trabalham diferentes grupos musculares. Entre os exercícios propostos destacam-se: o simulador de cavalgada, que fortalece braços e pernas, além de aprimorar a capacidade cardiorrespiratória; o esqui, que trabalha a musculatura dos membros inferiores e melhora a resistência cardiorrespiratória; a remada sentada, que fortalece os músculos das costas e ombros; e o puxador costas com peitoral, que foca em membros superiores, costas e peito. Após completar uma volta no circuito, há mais uma pausa de alguns minutos para descanso e hidratação. Em seguida, o grupo repete a caminhada e o circuito, reforçando os movimentos aprendidos.

Ao final da sequência de atividades aeróbicas e do circuito na academia ao ar livre, o grupo de discentes realizou duas dinâmicas com o objetivo de trazer uma abordagem mais lúdica e apresentar aos participantes da aula uma forma diferente e divertida de buscar a saúde física. Com o apoio do profissional de Educação Física da ESF, os discentes definiram brincadeiras utilizando materiais adaptados, como cabos de vassoura e bambolês.

Uma das dinâmicas constituiu em formar um círculo, no qual cada participante segurava um cabo de vassoura. Um integrante do grupo de discentes orientava a direção dos movimentos (direita ou esquerda), e o objetivo da atividade era soltar o cabo de vassoura, e ao mesmo tempo, seguir os comandos de direção sem deixar o cabo de vassoura cair. Apesar das dificuldades iniciais, os alunos se mostraram motivados e se esforçaram para completar a atividade, gerando um clima de diversão e descontração. Essas emoções, dizem respeito, também, aos processos de desenvolvimento das possibilidades de ação do profissional de Educação Física, o qual “[...] deve ser caracterizado por ações compartilhadas, visando uma intervenção interdisciplinar, ampliando e fortalecendo as intervenções das equipes de saúde. Portanto, é reconhecida a importância da atuação do profissional de Educação Física no, entretanto, é preciso consolidar sua inserção nas equipes multiprofissionais” (Schuh et al., 2015, p. 34).

A segunda atividade consistiu em formar um círculo, no qual os participantes deram as mãos, com um bambolê inserido entre dois deles. O desafio era fazer o bambolê dar uma volta completa sem soltar as mãos. Essa dinâmica foi bem recebida, e os alunos conseguiram realizá-la com sucesso, divertindo-se durante o processo. Na mediação, a proposta era a de conduzir os pensamentos das participantes para uma contemplação das interações, valorizando o coletivo em detrimento a individualidade “[...] que tradicionalmente abordam os modos de viver [...]”. Isso permitiria colocar “os sujeitos e as comunidades como responsáveis únicos pelas várias mudanças e arranjos ocorridos no processo saúde-doença ao longo da vida” (Scabar; Peliconi; Peliconi, 2012, p. 87).



Além de promover um momento de descontração e estimular o trabalho em equipe, as duas atividades também contribuíram para a melhora das habilidades motoras como equilíbrio, senso de direção e atenção, aspectos essenciais para a vida da população idosa. Atentar a essas questões implica em adentrar esse campo da Educação Física de modo mais significativo, uma vez que a própria intervenção está implicada na promoção de saúde, seja pelas atividades orientadas em conjunto ou pela produção de autocuidado.

## CONCLUSÃO

O grupo constatou que a prática de atividades físicas não só melhora a saúde física, como também exerce um impacto profundo para o bem-estar mental, sendo uma ferramenta poderosa na promoção da saúde integral. Além de melhorar a capacidade cardiorrespiratória, a força muscular e a flexibilidade, o exercício regular contribui significativamente para o bem-estar psicológico, ajudando na diminuição de sintomas relacionados ao estresse, à ansiedade e à depressão. O profissional de Educação Física da ESF relatou que certos alunos com depressão e ansiedade apresentaram uma melhora significativa após começarem a frequentar suas aulas, tornando-se mais motivados a praticar as atividades e buscando socializar no ambiente proporcionado pelo professor. A atividade física proporciona uma oportunidade para o fortalecimento de conexões sociais, criando um ambiente acolhedor e colaborativo, essencial para a construção de redes de apoio. As interações geradas durante as atividades não se limitam apenas ao campo físico, mas ampliam o círculo de amizades, estimulando a convivência e o apoio mútuo. O professor, ao incentivar um ambiente inclusivo e motivador, desempenha um papel fundamental na construção da confiança e no estímulo ao trabalho em equipe, ajudando os alunos a desenvolverem habilidades interpessoais essenciais para a vida.

Além disso, a prática regular de atividades físicas tem um impacto notável no desenvolvimento da autoestima dos participantes. Ao superarem desafios e perceberem a evolução de suas capacidades, os indivíduos experimentam um aumento significativo na autoconfiança. A sensação de bem-estar gerada pelo exercício também é uma estratégia eficaz para a redução do estresse e da ansiedade, sendo uma alternativa natural e acessível para o enfrentamento de situações adversas. A disciplina necessária para manter uma rotina de atividades físicas, aliada ao fortalecimento da resiliência diante das dificuldades, contribui para o desenvolvimento de habilidades importantes, tanto no contexto pessoal quanto no

social.



A relação de amizade estabelecida entre o professor e as alunas evidencia a relevância do papel do educador físico, que vai além da simples promoção da aptidão física. O educador, ao atuar de maneira acolhedora e empática, torna-se também um agente de apoio emocional e social, essencial para o processo de inclusão e apoio psicológico. O professor de Educação Física não é apenas um transmissor de conhecimento técnico sobre o corpo e seus movimentos, mas um facilitador do desenvolvimento emocional e social dos indivíduos. Ao incentivar um ambiente inclusivo e motivador, ele contribui para a criação de um espaço onde todos se sentem acolhidos, respeitados e estimulados a superar suas limitações.

No contexto das ESF, o profissional de Educação Física torna-se essencial para o bem-estar da comunidade atendida pela unidade. Ele não se limita a promover a saúde física, mas cria um ambiente de acolhimento, interação e integração social, fundamental para a qualidade de vida. Em muitos bairros periféricos, onde a falta de infraestrutura compromete o acesso a oportunidades de lazer e saúde, o profissional de Educação Física desempenha um papel vital ao oferecer um espaço seguro e inclusivo para a prática de atividades físicas. O exercício físico, utilizado de maneira estratégica, torna-se uma ferramenta para criar um ecossistema saudável e funcional, favorecendo o fortalecimento da saúde mental e física dos indivíduos e contribuindo para a formação de uma comunidade mais unida, saudável e resiliente.

## REFERÊNCIAS

BATISTA, J. I.; DE OLIVEIRA, A. Efeitos psicofisiológicos do exercício físico em pacientes com transtornos de ansiedade e depressão. *Corpoconsciência*, p. 1-10, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Atividade física para idosos: por que e como praticar. *Governo do Brasil*, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2022/atividade-fisica-para-idosos-por-que-e-como-praticar>. Acesso em: 17 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Idosos e atividade física: uma combinação que dá certo. *Governo do Brasil*, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2021/idosos-e-atividade-fisica-uma-combinacao-que-da-certo>. Acesso em: 17 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. Glossário temático: promoção da saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.



BRASIL. Ministério da Saúde. SUS celebra 30 anos da Estratégia Saúde da Família. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/abril/sus-celebra-30-anos-da-estrategia-saude-da-familia#:~:text=A%20ESF%20iniciou%20com%20o,saúde%20\(APS\)%20no%20Brasil](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/abril/sus-celebra-30-anos-da-estrategia-saude-da-familia#:~:text=A%20ESF%20iniciou%20com%20o,saúde%20(APS)%20no%20Brasil). Acesso em: 17 fev. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Estratégia Saúde da Família. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/estrategia-saude-da-familia>. Acesso em: 17 fev.. 2024.

DI ALENCAR, T. A. M.; MATIAS, K. F. de S. Princípios fisiológicos do aquecimento e alongamento muscular na atividade esportiva. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 16, n. 3, p. 230–234, maio 2010.

DA SILVA, C. L. et al. Atividade física de lazer e saúde: uma revisão sistemática. *Mudanças - Psicologia da Saúde*, v. 25, n. 1, p. 57-65, 2017.

FLORINDO, A. A. et al. Public Open Spaces and Leisure-Time Walking in Brazilian Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 14, n. 6, p. 12 858, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph14060553>. Acesso em: 17 fev. 2025.

FRANCHI, K. M. B.; MONTENEGRO, R. M. Atividade física: uma necessidade para a boa saúde na terceira idade. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, v. 18, n. 3, p. 152-156, 2005. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/408/40818308.pdf> Acesso em: 12 jan. 2025.

FURTADO, G.; KNUTH, A. Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASFS) em Rio Grande/RS: percepções sobre o trabalho realizado pela Educação Física. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Florianópolis, v. 20, n. 5, p. 514-523, 2015. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/5460/5170>. Acesso em: 19 jan. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Cidades e Estados: Uruguaiana - Panorama*. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rs/uruguaiana/panorama>. Acesso em: 15 fev. 2025.

KATZMARZYK, P.T.; JANSSEN, I. The economic costs associated with physical inactivity and obesity in Canada: an update. *Canadian Journal of Applied Physiology*, Champaign, v.29, n.1, p.90-115, 2004. Acesso em: 20 fev. 2025 <https://www.redalyc.org/pdf/408/40818308.pdf>.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 4. ed. Londrina: Editora Mediograf, 2006.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Social determinants of health. Disponível em: [https://www.who.int/health-topics/universal-health-coverage/social-determinants-of-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/universal-health-coverage/social-determinants-of-health#tab=tab_1). Acesso em: 22 fev. 2025.

ROCHA, V.M.; CENTURIÃO, C.H. Profissionais da saúde: formação, competência e responsabilidade social. In: FRAGA, A.B.; WACHS, F. [Org.] *Educação Física e Saúde Coletiva: políticas de formação e perspectivas de intervenção*. Porto Alegre: UFRGS, 2007. p. 17-31.



SCABAR, T. G; PELICIONI, A. F.; PELICIONI, M. C. F. Atuação do profissional de Educação Física no Sistema Único de Saúde: uma análise a partir da Política Nacional de Promoção da Saúde e das Diretrizes do Núcleo de Apoio à Saúde da Família –NASFS. *Revista do Instituto de Ciências da Saúde*, São Paulo, v. 30, n. 4, p. 411-418, 2012.

Disponível em:

[https://repositorio.unip.br/wpcontent/uploads/2020/12/V30\\_n4\\_2012\\_p411a418.pdf](https://repositorio.unip.br/wpcontent/uploads/2020/12/V30_n4_2012_p411a418.pdf). Acesso em: 16 jan. 2025.

SCHUH, L. X.; BRAND, C.; KRUG, S. B. F.; GARCIA, E. L.; GAYA, A. R.; ROTH, M. A. A inserção do profissional de educação física nas equipes multiprofissionais da estratégia saúde da família. *Saúde*, Santa Maria, v. 41, n. 1, p. 29-36, jan. 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/10514/pdf>. Acesso em: 13 fev. 2025.

SOARES et. al. Formação docente em educação física e luto: diálogos, a partir de uma experiência com acompanhantes e pacientes oncológicos. *Corpoconsciência*, [S. l.], v. 28, p. e18656, 2024. Disponível em:

<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/18656>. Acesso em: 17 jan. 2025.

URUGUAIANA. Prefeitura Municipal. Postos de Saúde. Disponível em:

<https://www.uruguaiana.rs.gov.br/portal/servicos/1267/postos-de-saude>. Acesso em: 20 fev. 2025.

World Health Organization. Global status report on physical activity 2022. World Health Organization, 2022. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/363607>. Acesso em: 13 jan. 2025.

