

## ATIVIDADE FÍSICA MONITORADA PARA UNIVERSITÁRIOS E SERVIDORES COM DEFICIÊNCIA DA UFMG

ANDRESSA DA SILVA DE MELLO; BARBARA MARIA PINHEIRO DE SOUZA; GABRIELA ABRAS MARTINS DA COSTA; INGRID LUDIMILA BASTOS LOBO; MARCELO DE MELO MENDES; LUCAS SAMPAIO; RANALISY BREGALDA; MARCO TULIO DE MELLO.

O número de alunos com deficiência da graduação da UFMG vem aumentando desde 2018, quando havia cerca de 300 alunos da graduação, 62 da pós-graduação e 140 servidores autodeclarados com deficiência. Atualmente, em 2022, são cerca de 1000 alunos da graduação e 52 servidores. Diante desse cenário, o Programa de Atividade Física para Universitários com Deficiência, iniciado em agosto de 2018, que é uma parceria entre a EEEFTO/UFMG e o Programa Superar da PBH, é de extrema importância para essa população. Dentre os objetivos do programa podemos citar: promoção da prática de atividade física e melhora na qualidade de vida para universitários com deficiência, de cursos de graduação e pós-graduação da UFMG; e o aprimoramento do conhecimento dos alunos/estagiários na área de inclusão social. As atividades durante o ápice da pandemia, foram realizadas de maneira remota e retornaram às atividades presenciais no final do ano de 2021 com uma baixa de alunos devido a não adaptação ao treino remoto, conclusão do curso/ perda do vínculo com a UFMG e a falta de disponibilidade devido a inconsistência dos horários entre as disciplinas e o projeto. Fato que possibilitou a ampliação do programa para servidores da UFMG, passando a denominar-se Programa de Atividade Física Monitorada para Universitários e Servidores com Deficiência da UFMG. Antes da realização do primeiro treino, com o auxílio da graduanda de fisioterapia, a avaliação é complementada com uma análise postural e biomecânica do movimento, assim como com pontos importantes sobre a funcionalidade do aluno. E após uma discussão entre os professores e os estagiários, são estruturadas fichas de treinamento adaptado de acordo com a necessidade, objetivo e individualidade de cada um, para as aulas de treinamento funcional e de natação. Após um levantamento para avaliar as atividades realizadas pelo programa, foram citados como pontos positivos: o auxílio na redução de dores, ganho da força muscular e melhoria na concentração. Já a autodisciplina e a falta de um transporte universitário para o CEU foram apresentados como dificuldades. Portanto, compreende-se que este projeto de extensão, além de corroborar com a inclusão de PCD em diferentes espaços e ações da Universidade, promove melhorias para a saúde e para a qualidade de vida da pessoa com deficiência.