



ACADEMIA DA SAÚDE: RESIGNIFICANDO A RELAÇÃO DA COMUNIDADE DO ENGENHO MERCÊS COM A ATIVIDADE FÍSICA

DEYVSON FELIPE DE SOUZA LIMA; CLARA LOPES BEZERRA

Introdução: Localizado na zona rural do Cabo de Santo Agostinho, município do litoral sul do Estado de Pernambuco, o Engenho Mercês, que no fim do século XIX já foi considerado um dos principais produtores de cana-de-açúcar do estado, teve no dia 07 de julho de 2015 a sua rotina impactada por um movimento provocado pela Equipe de Saúde da Família do território. **Objetivo:** O relato apresenta como a comunidade do Engenho Mercês teve a sua relação com a Atividade Física ressignificada através de práticas corporais, minimizando assim os riscos ocasionadas pelo comportamento sedentário. **Relato de experiência:** Diante de um diagnóstico situacional realizado pela equipe multiprofissional da unidade básica de saúde, observou-se que havia muitas mulheres (que em sua grande maioria eram donas de casa), adeptas do comportamento sedentário. Buscando contrariar as estatísticas da Organização Mundial da Saúde, que estima que 1,9 milhões de mortes em todo mundo é decorrente do sedentarismo, tendo ciência da importância do enfrentamento a este tipo de comportamento na redução dos riscos e agravos não transmissíveis à saúde nasceu a ideia de criar um polo itinerante do Academia da Saúde, projeto pioneiro no município visando assim estimular a adoção de modos de vida saudáveis na comunidade. **Discussão:** Os resultados fortalecem e ampliam os nossos objetivos, considerando que no atual cenário, temos mais de 70 usuárias cadastrados em nosso projeto, além da influência direta na criação de outros grupos deste mesmo contexto voltados para públicos específicos. A intervenção proporcionou aos seus integrantes a melhoria das dimensões humanas nas mais variadas possibilidades, porém, precisamos destacar a superação dos limites impostos pela rotina. **Conclusão:** As experiências durante nossas intervenções possibilitam o sentido da integração, socialização e empoderamento da comunidade, onde o nosso usuário provoca a ruptura do seu cotidiano, através das experimentações e vivências ofertadas, além de (re)conhecer o impacto das mudanças em sua vida em diversos contextos provocados pela práticas corporais e adoção de modos de vida saudáveis.

Palavras-chave: Atividade física, Práticas corporais, Modos de vida saudáveis, Zona rural, Comportamento sedentário.