



ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NO PRESÍDIO FEMININO REGIONAL DE ITAJAÍ

Maira Naman, Roque Junior Cesar, Larissa Junkes

Educação Física - Educação Física

Os estabelecimentos penitenciários são definidos como espaços utilizados pela Justiça com a finalidade de abrigar pessoas presas, seja provisoriamente submetida à medida de segurança ou ainda condenadas para cumprimento da pena. Estes espaços são sabidamente locais que favorecem o adoecimento das pessoas devido ao isolamento familiar e social. De acordo com o Departamento Penitenciário Nacional (Depen), o encarceramento feminino está aumentando. Desde 2016, com 41 mil mulheres presas, temos uma queda na quantidade, chegando ao ano de 2020, com 28 mil mulheres em situação prisional. No mapeamento realizado em março de 2020, do total de mulheres presas no Brasil, 12.821 são mães de crianças até 12 anos, 434 possuem idade igual ou superior a 60 anos. São 4.052 presas que estão com doenças crônicas ou doenças respiratórias. As doenças mais comuns entre as mulheres são hipertensão 2.452 aparições, HIV 434 aparições e diabetes com 411. O projeto Ativa +: práticas corporais e saúde, tem como objetivo proporcionar qualidade de vida e bem-estar por meio de práticas corporais e atividades físicas para mulheres do Complexo Penitenciário Dr. Ademir Manoel Furtado entre 18 e 60 anos, por meio da multidisciplinariedade e da interação com a comunidade. Os aspectos motivacionais para prática da atividade física em jovens e adultos são diversificados, porém os principais fatores são: extrínsecos (a prevenção de doenças, o controle de peso corporal e a aparência física) e intrínsecos (controle do estresse, o prazer e o bem-estar, etc). Desta maneira, a atividade física pode se tornar um instrumento transformador do cotidiano, objetivando o bem-estar e a qualidade de vida da detenta. Os exercícios físicos serão realizados com os movimentos naturais do corpo como agachar, pular, correr e girar. Assim, o treinamento funcional permitirá que todos os grupos musculares sejam trabalhados de forma integral. Salienta-se também, que a tal prática de estimular práticas corporais, é visto em outros presídios e instituições do sistema prisional como nos estados de Amazonas, Paraná, Rio de Janeiro São Paulo, entre outras. O projeto, por sua vez também está relacionado com o cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas, Agenda 2030. Pode-se listar os seguintes objetivos dos ODS: 03 - SAÚDE E BEM-ESTAR; 04 - EDUCAÇÃO DE QUALIDADE; 05 - IGUALDADE DE GÊNERO; 11 - CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS.

Palavras-chave: PRESÍDIO; ATIVIDADE FÍSICA; SAÚDE

Apoio: PROESDE