



ESTADO DE MINAS GERAIS
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
Diretoria de Promoção da Saúde

Nota Técnica nº 2/SES/SUBPAS-SAPS-DPS/2019

PROCESSO Nº 1320.01.0005470/2019-45

1. ASSUNTO

Recomendações sobre o Dia Mundial da Atividade Física e Dia Mundial da Saúde

2. REFERÊNCIAS

Pesquisa Nacional de Saúde: 2013: percepção do estado de saúde, estilos de vida, e doenças crônicas: Brasil, grandes regiões e unidades de federação/ IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. – Rio de Janeiro: IBGE, 2014. 186p.

3. ANÁLISE

A Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais – SES/MG orienta as Secretarias Municipais de Saúde sobre o Dia Mundial da Atividade Física e o Dia Mundial da Saúde, dias 6 e 7 de abril, respectivamente. Para o ano de 2019, será proposto o tema: “Movimente-se! A qualquer hora.”, sendo dado um destaque especial para o planejamento e desenvolvimento de ações direcionadas às mulheres. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde – PNS, 2013, o percentual de indivíduos que praticam o nível recomendado de atividade física no tempo livre no Estado de Minas Gerais é de 22,8%, sendo ao se comparar o mesmo percentual entre os sexos, nota-se que o sexo feminino (21,4%) pratica menos atividade física do que o sexo masculino (24,3%). De acordo com a mesma pesquisa, a proporção de indivíduos insuficientemente ativos foi maior entre as mulheres (44,6%) quando comparado aos homens (37,1%). Observa-se, também, na pesquisa mencionada, que o percentual de mulheres que praticam o nível recomendado de atividade física tende a diminuir com o aumento da idade.

Com isso, propõe-se o planejamento e desenvolvimento de atividades de mobilização e sensibilização da população, em especial das mulheres, estimulando a participação nas ações de atividade física ofertadas na Atenção Primária à Saúde. Recomenda-se a promoção de uma reflexão crítica junto à população sobre a construção de uma vida mais saudável, avaliando conjuntamente sobre as modalidades de atividades ofertadas, horários e locais. O planejamento em conjunto com a população sobre as atividades a serem ofertadas pode contribuir para aumentar a adesão às ações ofertadas, uma vez que considera as preferências e individualidades dos sujeitos, o acesso à prática de ações de atividade física, à uma alimentação mais saudável e outras questões que impactam nas condições de vida e saúde das pessoas.

Sugere-se o desenvolvimento das seguintes atividades considerando a temática adotada pela SES-MG para a Campanha:

- Divulgar para a população as ações de promoção da saúde que são desenvolvidas no município, sobretudo as que se referem à atividade física e cultura local podendo utilizar, também, as mídias locais (jornais, rádios e redes sociais);
- Realizar atividades que contemplem práticas corporais, lazer, jogos, danças, apresentações culturais, dentre outras, com enfoque na promoção da saúde. Atividades de triagem em massa como aferição de pressão arterial e glicose são consideradas screening. Não é objetivo dessa campanha.

- Propor estratégias que promovam, o autocuidado, o empoderamento e a capacidade para a tomada de decisões mais saudáveis pelos indivíduos;
- Mobilizar os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), as Equipes de Atenção Primária à Saúde, os profissionais dos Polos das Academias da Saúde, dentre outros profissionais, para a Campanha;
- Mobilizar os parceiros locais que possuam interface com a temática de promoção da saúde (Secretaria de Esportes, Secretaria de Educação, Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional, SESC, Centros de Referência em Saúde do Trabalhador Regionais, entre outros) para contribuir no apoio e potencialização e das ações de promoção da saúde planejadas para a data;
- Promover um evento em comemoração a data pontual envolvendo a participação da população.

4. DOCUMENTOS RELACIONADOS

Sugestões de materiais de apoio:

A SES-MG disponibilizará outros materiais e informações no endereço eletrônico: www.saude.mg.gov.br/vidasaudavel. Recomendamos que as atividades realizadas pelos municípios ocorram na data pontual ou ao longo do mês de abril. As atividades desenvolvidas pelos municípios deverão ser registradas na Comunidade de Práticas de Promoção à Saúde que pode ser acessada por meio do link: <http://www.saude.mg.gov.br/promocaodasaude> Para isso, o município deverá registrar as ações desenvolvidas até o dia 31/05/2019 por meio do preenchimento do Relatório: “Comunidade de Conhecimentos e Práticas em Promoção à Saúde de Minas Gerais” que pode ser acessado por meio do seguinte link: http://formsus.datasus.gov.br/site/formulario.php?id_aplicacao=38068



Documento assinado eletronicamente por **Carolina Guimaraes Marra Nascimento, Servidor(a) Público(a)**, em 26/02/2019, às 16:30, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **Daniela Souzalima Campos, Diretor(a)**, em 26/02/2019, às 16:37, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3536396** e o código CRC **11D07CDC**.