

## A VIVÊNCIA DE CONTEÚDOS CULTURAIS NA PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Marisa Sallaberry Mendes  
Vinicius Brito  
Rebecca Franco  
ULBRA/Canoas

As atividades de lazer físico/esportivas, sociais, intelectuais, turísticas e manuais, quando bem direcionados e embasados em parâmetros científicos, atuam como um elo terapêutico importante, por intervir no corpo do indivíduo, durante todo o processo de tratamento. O objetivo deste projeto de extensão consiste, em estimular os sujeitos que possuem uma dependência química e/ou um transtorno psiquiátrico a participarem de atividades esportivas, intelectuais, sociais, manuais e turísticas. Pretende-se proporcionar a eles, uma nova relação com o meio em que estão inseridos, oportunizando uma melhoria na sua qualidade de vida, adesão ao tratamento e prevenção da recaída. A metodologia utilizada consiste em jogos e atividades adaptadas, que são desenvolvidas uma vez por semana, no complexo esportivo da ULBRA, com a duração de duas horas. O público alvo são sujeitos dependentes químicos ou com transtornos psiquiátricos, que residam no município de Canoas/RS, que se encontram internados na unidade de saúde mental do HU/ULBRA/Canoas, ou estão em tratamento psiquiátrico. Neste semestre também farão parte das atividades usuários de um dos CAPS de Canoas. Entre as práticas desenvolvidas oferece-se, o voleibol adaptado, basquetebol adaptado, atividades com raquetes, jogos cooperativos. Na unidade de saúde mental do HU, participam de eventos sociais, atividades manuais e intelectuais. As atividades de lazer físico/esportivas, sociais, intelectuais, turísticas e manuais, quando bem direcionados e embasados em parâmetros científicos, atuam como um elo terapêutico importante, por intervir no corpo do paciente durante todo o processo de tratamento. Realizou-se uma avaliação qualitativa, no final das aulas, através de uma pergunta como se sentiram realizando as atividades. Todos foram unânimes em dizer que se sentiam muito bem, mais relaxados e contentes de participar.