

GUIA DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE

Orientações para a Gestão Municipal

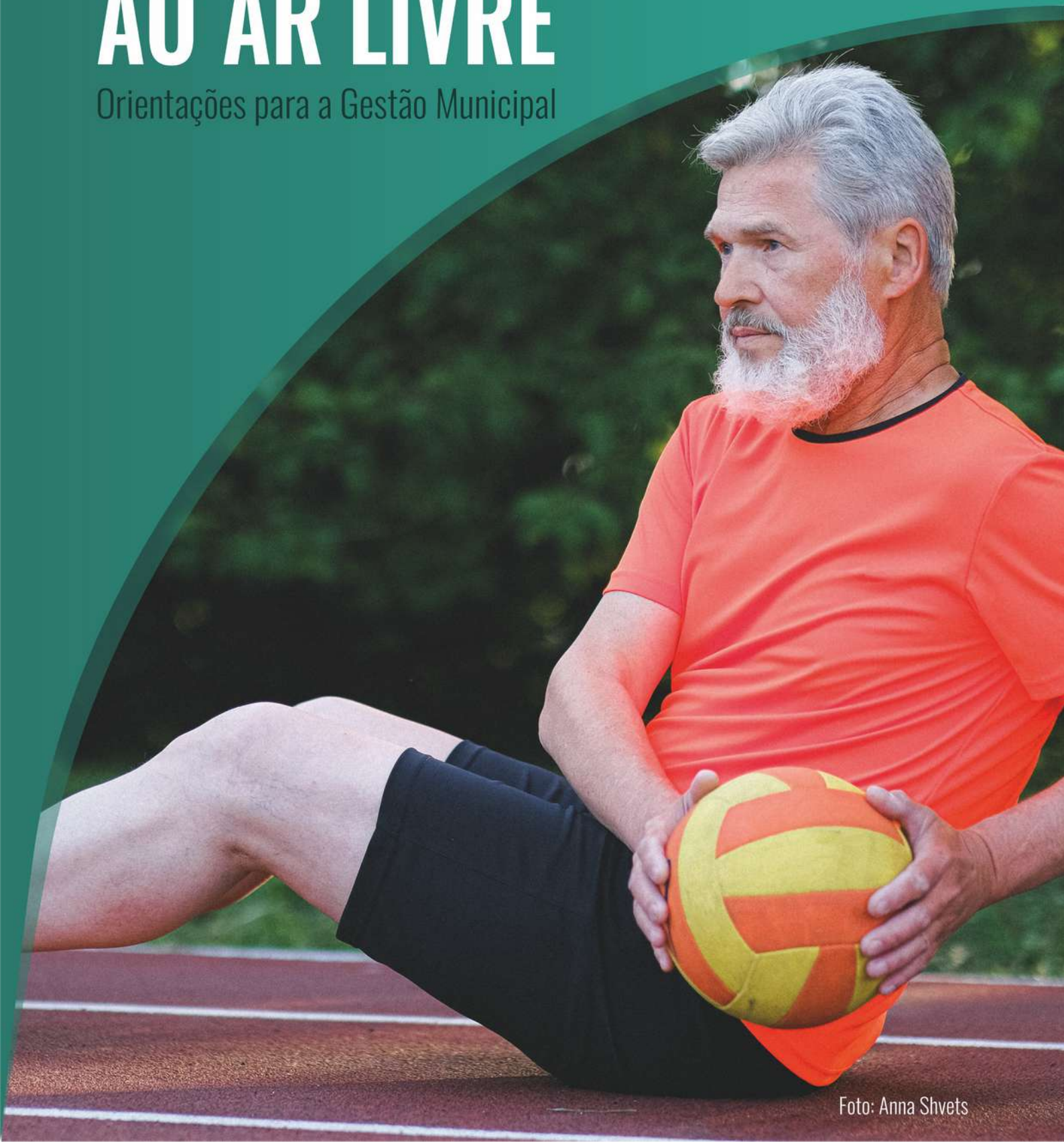


Foto: Anna Shvets

ÍNDICE

INTRODUÇÃO .04

ACADEMIAS AO AR LIVRE .05

BENEFÍCIOS DA ACADEMIA AO AR LIVRE .06

EQUIPAMENTOS .08

O PROCESSO DE AQUISIÇÃO, INSTALAÇÃO E GESTÃO
DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE COM RECURSOS DE
EMENDAS .12

FONTES DE RECURSOS PARA INCENTIVO AO USO,
CONSERVAÇÃO, MANUTENÇÃO E MELHORIAS DO
ESPAÇO E DOS EQUIPAMENTOS DAS ACADEMIAS AO
AR LIVRE .20

ANEXOS .25

FICHA TÉCNICA

GOVERNADOR DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Romeu Zema Neto

SECRETÁRIA DE ESTADO DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Elizabeth Jucá e Mello Jacometti

SUBSECRETÁRIO DE ESTADO DE ESPORTES

José Francisco Filho

SUPERINTENDENTE DE FOMENTO E INCENTIVO AO ESPORTE

Thiago Souza Santana

DIRETORA DE FOMENTO E ORGANIZAÇÃO DE POLÍTICAS ESPORTIVAS (DFOPE)

Ana Paula de Jesus

EQUIPE TÉCNICA

Aline Galantinni Silva

Antônio Eduardo Viana Miranda

Denise Maria Gattás Hallak

Gabriela Caroline Alves Claudino

Isabella Guimarães Lima e Silva

Jordana Listgarten Duarte

Luiza Cupertino Xavier da Silva

Marcos Vinícius Galvão de Barros

COLABORAÇÃO

Adenilson Idalino de Sousa

Bráulio Humberto da Silva

Evelyn Klein Esteves de Lima

Ilma Lais Mendes Monteiro

Roberto Luis de Oliveira Silva

Vinícius Amaral Mendonça

DIAGRAMAÇÃO

Anna Victória Fonseca Santos Cândido

Arthur Henrique Soares Sales Duarte

Isabella Guimarães Lima e Silva

INTRODUÇÃO

A prática de atividades físicas apresenta-se como fator preventivo para uma série de agravos e doenças não transmissíveis - como hipertensão arterial, diabetes, obesidade e estresse -, além de ser responsável por promover bem-estar físico e psicossocial, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida das pessoas.

De acordo com o [Guia de Atividade Física para a População Brasileira](#)¹, disponibilizado no ano de 2021 pelo Ministério da Saúde, pessoas adultas ou idosas devem realizar pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ao longo da semana, ou pelo menos 75 minutos de atividade vigorosa.

No entanto, ainda que esses benefícios e recomendações estejam bem descritos na literatura, a prevalência do sedentarismo ainda é comum na população. O estudo realizado por Bueno et al. (2016), indica que um dos principais gastos que integram os custos totais em saúde pública no mundo refere-se a investimentos em medicamentos, internação hospitalar e consultas clínicas, direcionados à parcela da população fisicamente inativa acometida por doenças crônicas.

De acordo com o artigo 186 da Constituição Federal, o acesso à saúde é direito social de todo cidadão e cidadã e é dever do Estado assegurá-la por meio de políticas sociais e econômicas que visem à eliminação do risco de doenças e de outros agravos, garantindo o acesso universal e igualitário às ações e aos serviços para sua promoção, proteção e recuperação. Assim, há, portanto, uma demanda para que o poder público desenvolva programas de promoção à saúde por meio do fomento a atividades que oportunizem a adoção de estilos de vida mais saudáveis pela população.

Além disso, o esporte é também direito previsto no artigo 217 da Constituição, que o define como direito de cada um e enfatiza o dever do Estado em fomentar as práticas esportivas formais e não formais. Nessa perspectiva, é possível afirmar que a garantia do acesso às práticas de atividades físicas e esportivas é essencial para oportunizar à população o desenvolvimento de hábitos que vão proporcionar uma vida mais saudável à população.

Além de ser um dos elementos fundamentais para a manutenção e promoção da saúde, a prática de atividade física também apresenta-se como possibilidade de lazer para uma parcela da população. Sendo o lazer também um direito social, é dever do Estado garantir as condições necessárias para assegurá-lo a todos os indivíduos, promovendo assim a cidadania. Além disso, esse é um fenômeno que constitui-se como uma dimensão da vida humana também essencial para a manutenção da saúde física e mental das pessoas, além de contribuir para formação crítica e emancipação desses sujeitos.

¹ Para leitura completa do *Guia de Atividade Física para a População Brasileira*, basta acessar: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf

Nesse sentido, considerando a saúde, o esporte e o lazer como ações integradas e complementares ao desenvolvimento humano e como direitos sociais estabelecidos pela Constituição Brasileira, garantir o acesso de toda a população à prática de atividade física é, assim, um dever do Estado. Dessa forma, a partir da formulação de políticas públicas, o Governo de Minas Gerais desenvolve a doação de Academias ao ar livre, com o objetivo de democratizar o acesso da população às academias, para que desenvolvam suas atividades físicas e de lazer.

Em 2020, a Sedese, por meio da Subsecretaria de Esportes - Subesp, lançou a **Plataforma de Monitoramento da Subsep** para monitorar e divulgar as doações de academias ao ar livre para os municípios do Estado, a fim de tornar esse processo mais eficiente e transparente. A plataforma é utilizada pelo poder executivo como instrumento para verificação da necessidade de doação de academias quando estas forem indicadas via emenda parlamentar. Trata-se de um instrumento consultivo e não obrigatório, em que municípios com indicações de emendas parlamentares, que estiverem com demandas de academias ao ar livre, mas tiverem, de acordo com a plataforma, equipamentos suficientes para atendimento de seu público, deverão justificar a necessidade de novas academias ao ar livre."

Conforme dados apresentados pela Subesp, disponíveis nessa Plataforma, entre os anos de 2016 e 2020 foram doadas um total de 1.516 academias, com capacidade de atendimento de 777.708 cidadãos mineiros. É possível acessar a Plataforma de Monitoramento das academias ao ar livre clicando **aqui** ou por meio do endereço eletrônico: <https://bit.ly/34s56Oa>.

ACADEMIAS AO AR LIVRE

As academias ao ar livre são equipamentos de ginástica instalados em espaços públicos, tais como praças, parques e complexos esportivos, com condições adequadas de acessibilidade, que visam fomentar a prática regular de atividade física gratuita pela população, além de oferecer espaços de lazer e interação social para as comunidades locais.

Os módulos contêm sete equipamentos e uma placa orientativa. Para receber a doação da academia ao ar livre, o município deverá solicitar ao (à) Deputado (a) Estadual a indicação de emenda parlamentar. Um passo a passo mais detalhado será apresentado no tópico **O PROCESSO DE INSTALAÇÃO E GESTÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE**.

O público alvo das academias são pessoas acima de 12 anos de idade, preferencialmente pertencentes à faixa etária de idosos (acima de 60 anos). É importante ressaltar que definir o local em que será instalada a Academia e prepará-lo para receber os equipamentos é responsabilidade da Prefeitura.

Para a definição do local, recomenda-se um esforço da Prefeitura em realizar a instalação em locais que possuam outros tipos de equipamentos, tais como parquinhos para crianças e equipamentos específicos para pessoas com deficiência, pois isso permite o melhor aproveitamento do espaço, promove a inclusão e socialização dessas pessoas com os demais públicos da academia ao ar livre". Além disso, a sugestão do local, bem como o envio da documentação referente a essa definição, devem passar pela avaliação e aprovação do corpo técnico da Subesp².

As boas práticas apresentadas neste Guia são sugestões a serem adaptadas à realidade de cada Município. Além disso, as configurações aqui descritas das Academias, assim como as orientações para sua utilização, são específicas dos equipamentos doados pelo governo do Estado de Minas Gerais.

BENEFÍCIOS DA ACADEMIA AO AR LIVRE PARA O MUNICÍPIO

- Possibilita a implantação de um programa de exercício físico ao ar livre, promove práticas de educação em saúde, contribui para a melhoria da qualidade de vida e aumenta o nível de atividade física no Município;
- Pode desenvolver a atenção à saúde, promovendo o cuidado integral;
- Promove ações intersetoriais por meio de uma Rede de Atenção à Saúde, envolvendo projetos ou programas nos âmbitos da saúde, educação, cultura, turismo, assistência social, segurança, esporte e lazer;
- Promove a mobilização comunitária com a constituição de redes sociais de apoio e ambientes de convivência e solidariedade;
- Promove a interdisciplinaridade na produção do conhecimento e do cuidado, a integralidade do cuidado e intergeracionalidade por meio do diálogo e da troca entre gerações, além de promover a territorialidade, reconhecendo o espaço como local de produção da saúde;
- Promove a modernização da estrutura pública;
- Possibilita a resignificação sobre a utilização dos espaços públicos.

² Em caso de reprovação, o parecer será documentado via e-mail com argumentação exposta e sugestão de locais mais benéficos dentro do próprio município, mas que sejam condizentes com o emprego do recurso público que é a academia ao ar livre.

PARA OS(AS) USUÁRIOS(AS)

- A prática rotineira de atividade física e/ou práticas corporais, no mínimo 30 minutos por dia, seja de forma acumulada ou contínua, promove ao praticante benefícios físicos, psicológicos e sociais,
- Os espaços das academias, bem como as atividades neles realizadas, podem promover momentos de lazer e socialização entre os seus usuários, colaborando para o bem estar desses indivíduos.

BENEFÍCIOS FÍSICOS

Controle a composição corporal
Melhora a mobilidade articular
Melhora o perfil lipídico
Melhora a resistência física
Aumenta a força muscular
Mantém a densidade óssea
Reduz a resistência à insulina
Controla a pressão arterial

BENEFÍCIOS PSICOSSOCIAIS

Alivia alguns sintomas da depressão
Melhora a autoimagem
Mantém a autonomia
Favorece as relações sociais
Aumenta o Bem Estar
Alivia o Estresse psicológico
Aumenta a autoestima



EQUIPAMENTOS

O conjunto de equipamentos de ginástica doado para o Município é constituído por simuladores de caminhada, esqui e cavalgada, além de bancos de exercícios para membros inferiores e superiores. Confira abaixo os equipamentos, suas especificidades e funcionalidades:

ESQUI

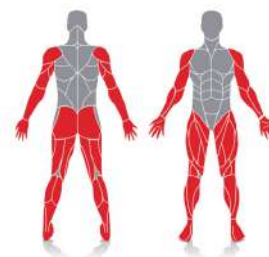
ESPECIFICAÇÃO

Tipo: duplo conjugado; acabamento: pintura a pó eletrostática e cortes a laser; aparelho fabricado com tubos de aço carbono de, no mínimo, 2 1/2 polegadas; 1 polegada x 1,50 mm; 1 1/2 polegada x 1,50 mm; metalon de, no mínimo, 30 x 50 x 2 mm; chapa antiderrapante de, no mínimo, 3 mm; pinos maciços rolamentados com rolamentos duplos; batentes de borracha; solda mig; orifícios para fixação do equipamento (chumbadores parabolt); tampão de metal arredondado. Especificações musculares em cada aparelho.

Resistentes às ações climáticas. Permite a prática por 2 (dois) usuários simultaneamente.

GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

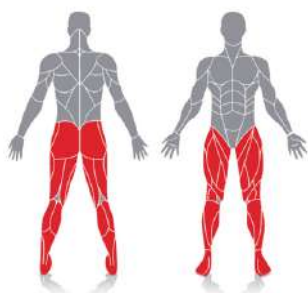
Membros superiores e inferiores.



SIMULADOR DE CAMINHADA

ESPECIFICAÇÃO

Tipo: duplo conjugado; acabamento: pintura a pó eletrostática e cortes a laser; aparelho fabricado com tubos de carbono de, no mínimo, 2 1/2 polegadas x 2 mm; 2 polegadas x 2 mm; 1 1/2 polegada x 1,50 mm. Chapa antiderrapante de, no mínimo, 3 mm; pinos maciços rolamentados com rolamentos duplos; batentes de borracha; solda mig; orifícios para fixação do equipamento (chumbadores parabolt); especificações musculares em cada aparelho; resistente às ações climáticas. Permite a prática por 2 (dois) usuários simultaneamente.



GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

Membros inferiores.



SIMULADOR DE REMO



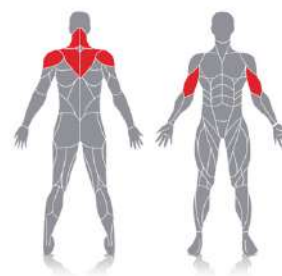
ESPECIFICAÇÃO

Estrutura: tubos de aço carbono; Acabamento: pintura a pó eletrostática e cortes a laser; Aparelho fabricado com tubos de aço carbono de no mínimo 2 polegadas x 2 mm; 1 1/2 polegada x 1,50 mm. Pegadas e pisanter anatômicos emborrachados e antiderrapantes; pinos maciços rolamentados com rolamentos duplos; batentes de borracha; solda MIG; Orifícios para fixação do equipamento (chumbadores PARABOUT); Tampão de plástico ou metal arredondado. Bancos arredondados sem quina; com sistema de resistência exercida pelo próprio peso corporal do usuário;

Especificações musculares em cada aparelho. Resistentes às ações climáticas. Permite a prática de 01 (um) usuário.

GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

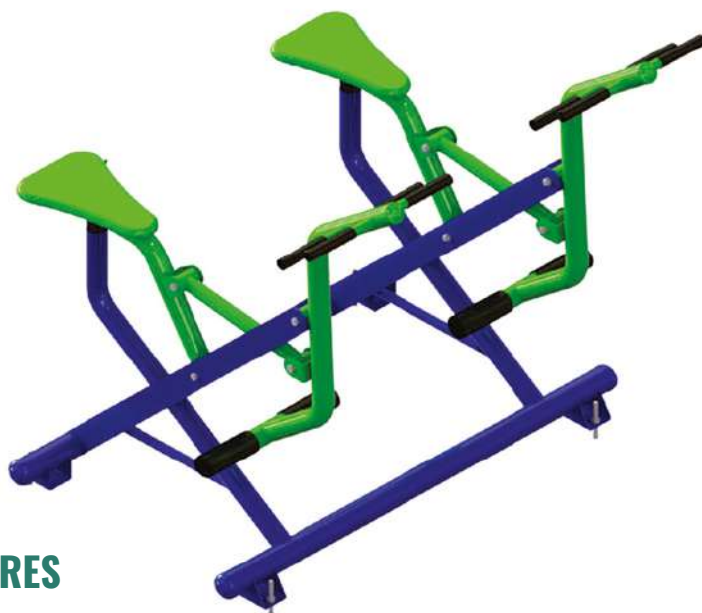
Parte dos músculos das costas, ombro e braço.



SIMULADOR DE CAVALGADA

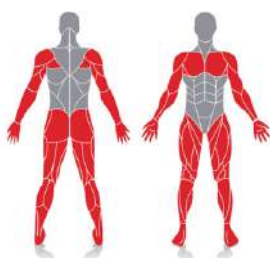
ESPECIFICAÇÃO

Tipo: duplo conjugado; estrutura: tubos de aço carbono; acabamento: pintura a pó eletrostática e cortes a laser; aparelho fabricado com tubos de aço carbono de, no mínimo, 2 1/2 polegadas x 2 mm; 2 polegadas x 2 mm; 1 1/2 polegada x 1,50 mm; 1 polegada x 1,50 mm; 1 1/2 polegada x 1,50 mm; ferro chato de, no mínimo, 2 1/2 polegadas x 1/4. Pinos maciços rolamentados com rolamentos duplos; batentes de borracha; solda mig; orifícios para fixação do equipamento (chumbadores parabol); tampão de metal arredondado. Bancos arredondados sem quina, oferecendo total segurança aos usuários. Resistentes às ações climáticas. Permite a prática por 2 (dois) usuários simultaneamente.



GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

Membros superiores, inferiores, glúteos e peito.



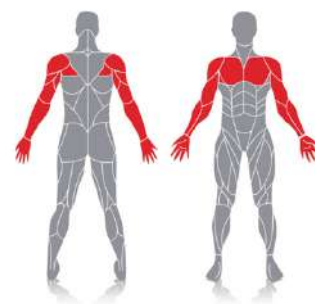
ROTAÇÃO DIAGONAL

ESPECIFICAÇÃO

Tipo: duplo conjugado; acabamento: pintura a pó eletrostática e cortes a laser; aparelho fabricado com tubos de aço carbono de, no mínimo, 2 polegadas x 2 mm; 1 polegada x 1,50 mm; 3 1/2 polegadas x 2 mm; 3/4 polegada x 1,50 mm. Rolamentos duplos; solda mig; orifícios para fixação do equipamento (chumbadores com flange de, no mínimo, 240 mm x 1/4, com parafusos de fixação); parafusos allen de aço; bola de resina; tampão de metal arredondado. Resistentes às ações climáticas. Permite a prática por 2 (dois) usuários simultaneamente.

GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

Membros superiores e peito.



MULTI EXERCITADOR

ESPECIFICAÇÃO

Estrutura: tubos de aço carbono; acabamento: Pintura a pó eletrostática e cortes a laser; multiexercitador com 06 funções distintas fabricado com tubos de aço carbono nas seguintes descrições:

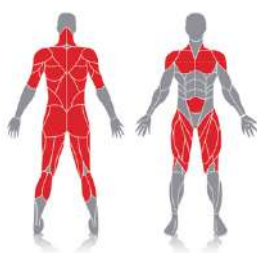
- 1 - Flexor de pernas: mínimo 1 1/2 polegadas x 2 mm
- 2 - Extensor de pernas: mínimo 3/4 polegada x 1,50 mm
- 3 - Supino reto sentado: mínimo 1 1/2 polegadas x 2 mm
- 4 - supino inclinado sentado: mínimo 1 1/2 polegada x 2 mm
- 5 - Rotação vertical individual: volante com tubo externo de no mínimo 1 polegada x 1,50 mm e tubos internos com no mínimo 3/4 polegada x 1,50 mm
- 6 - Puxada alta: mínimo 1 1/2 polegada x 1,50 mm

Pinos maciços rolamentados com rolamentos duplos; batentes de borracha; solda MIG; orifícios para a fixação do equipamento (chumbadores Parabout); especificações musculares em cada aparelho; Resistentes às ações climáticas.



GRUPOS MUSCULARES TRABALHADOS

Membros superiores, inferiores, costas, glúteos, peito e parte do abdômen.





AUDITORIO
PRESIDENTE JUSCELINO
KUBITSCHKE DE OLIVEIRA

O PROCESSO DE AQUISIÇÃO, INSTALAÇÃO E GESTÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE COM RECURSOS DE EMENDAS³

1º PASSO - REALIZAÇÃO DO DIAGNÓSTICO E O PLANEJAMENTO DAS AÇÕES PARA FOMENTO À FREQUÊNCIA AO ESPAÇO E USO DOS EQUIPAMENTOS DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE

Para iniciar um programa de atividade física e práticas corporais por meio da utilização dos equipamentos da academia ao ar livre, sugerimos ao gestor do Município:

- Promover ações que contribuam para a promoção da saúde e do lazer da população, a partir da construção e implantação de espaços públicos com infraestrutura e equipamentos adequados às práticas. Além disso, é recomendada a contratação de profissionais de educação física para orientação das atividades nesses espaços;
- Escolher um local acessível à comunidade, iluminado, limpo, seguro e de fácil acesso;
- Conhecer a realidade local, considerando os aspectos do cotidiano da população, tanto de forma individual, quanto a partir de sua relação com o contexto social: quais os impedimentos e o que motivará a adesão ao programa e as possibilidades oferecidas para a prática regular de atividades físicas e esportivas por meio da academia?
- Realizar um levantamento sobre quais atividades corporais terão a adesão de orientadores e professores como, por exemplo, grupos de caminhada, grupos de corrida, aulas de lutas, aulas de danças, aulas de ginástica, entre outras, a partir de uma consulta pública (veja sugestão de questionário no Anexo I),
- Instalar os equipamentos onde há possibilidades de outras práticas corporais identificadas por meio da consulta pública.

O que fazer para tornar o Município mais ativo e mais saudável?

- Promover ações de educação alimentar, práticas culturais e de lazer, bem como outras temáticas que envolvam a realidade local, além de utilizar os espaços para o desenvolvimento de práticas corporais e orientação de atividade física;
- Divulgar por meio de pôsteres e cartazes que poderão ser distribuídos aos moradores, órgãos municipais, igrejas e escolas. Esses materiais deverão conter informações sobre os benefícios do exercício físico e onde praticá-lo. Esta sugestão será ampliada no Passo 4;

³ O passo a passo refere-se ao processo de aquisição das academias ao ar livre proveniente de recursos de emendas parlamentares. Todavia, também há possibilidade de o município adquirir os equipamentos de maneira direta.

- Buscar parcerias com os Núcleos de Apoio à Saúde da Família – NASF é uma opção viável, pois possibilita aliar a prática de atividades físicas no local à realização de exames de glicemia, avaliação antropométrica e aferição de pressão dos usuários da academia ao ar livre periodicamente, com encaminhamento para consulta médica quando necessário. O tema Parceria será aprofundado no Passo 3;
- Envolver a família: os pais têm uma influência importante no nível da atividade física dos filhos. Pais ativos, filhos ativos;
- Fazer uma programação de ações e atividades a serem desenvolvidas nas academias ao ar livre, a partir dos resultados da pesquisa e com o auxílio de profissionais de Educação Física e especialistas de áreas afins;
- Incentivar reuniões multissetoriais para o aproveitamento do espaço da academia ao ar livre com ações de esporte, saúde, cultura, educação e segurança, envolvendo órgãos, unidades e entidades responsáveis por esses setores no Município;
- Fomentar a realização da discussão sobre as atividades realizadas nas academias pelo Conselhos Municipais de Esportes;
- Utilizar datas comemorativas como incentivo para ações na academia ao ar livre, destacando-a como um espaço de convivência e relacionamento.

2º PASSO - AQUISIÇÃO DO SERVIÇO, RECEPÇÃO DOS EQUIPAMENTOS, PREPARAÇÃO DO ESPAÇO E INSTALAÇÃO DAS ACADEMIAS

1

Entrar em contato com o(a) Deputado(a) para solicitar a indicação de emenda

2

Após indicação e aprovação da emenda, peticionar documentação no SEI!, dentro do prazo legal estabelecido

3

Sanar as diligências do corpo técnico quanto às documentações inseridas no peticionamento SEI!

4

Sanar as diligências do corpo técnico quanto às documentações inseridas no peticionamento SEI!

5

Receber a academia do fornecedor

6

Assinar o Termo de Recebimento, no peticionamento SEI!

7

Adequar a área e instalar a academia

8

Enviar pelo SEI! a prestação de contas: relatório fotográfico colorido, com no mínimo 03 fotografias da academia instalada, de diferentes ângulos e comprovando que é o mesmo local previamente aprovado, em até 60 dias corridos.

Documentos necessários para formalização da doação das academias ao ar livre – Emendas Impositivas:

1. Documentos necessários para doação de academias ao ar livre;
2. Termo de manifestação de interesse para academias ao ar livre;
3. Modelo de declaração de domínio público.

Documentos necessários para formalização da doação das academias ao ar livre – Emendas Extras:

1. Documentos necessários para doação de academias ao ar livre;
2. Termo de manifestação de interesse para academias ao ar livre;
3. Modelo de declaração de domínio público.

SEI:

1. Manual do Usuário Externo SEI.

Mais informações:

Rodovia Papa João Paulo II, 4143, Prédio Minas, 14º andar, Bairro Serra Verde | Belo Horizonte (MG) | CEP: 31.630-900. Destinar o ofício aos cuidados do Subsecretário de Esportes da Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (31) 3915-4789 / 4665

Instruções:

- Necessário definir um local de domínio público e amplo acesso a população adequado para a instalação da academia, alguns ambientes não são recomendados, entre eles: canteiros centrais de avenidas; imediações de rios, ribeirões e barrancos; espaços de acesso restrito ou com necessidade de abertura de portão, cadeado, entre outros;
- Seguir o Manual de Instalação dos Equipamentos e indagar o fornecedor sobre os procedimentos necessários para instalação da academia, de modo a garantir que o espaço escolhido seja preparado em tempo hábil,
- Instalar a Placa Orientativa da academia ao ar livre, **conforme modelo abaixo**. Essa contém instruções sobre como utilizar os equipamentos, além de orientações sobre exercícios de alongamento a serem executados pelo usuário. A placa deverá ser instalada em local visível e de fácil acesso.



Recomendação:

- Instalar bebedouros e banheiros públicos próximos ao local e instalar/manter uma boa iluminação para uso noturno da academia, a fim de proporcionar melhores condições de uso do espaço à população.

3º PASSO - ESTABELECIMENTO DE PARCERIAS COM AS SECRETARIAS E ÓRGÃOS MUNICIPAIS QUE POSSAM AGREGAR AÇÕES NO ESPAÇO DA ACADEMIA

Para manter a programação regular e atrativa para a população nas academias ao ar livre, o Município poderá realizar um trabalho intersetorial envolvendo, por exemplo, as Secretarias Estaduais e Municipais de Esporte, Saúde, Educação, Cultura, Lazer e Turismo. A união e o esforço de gestores públicos e profissionais dessas e outras áreas no planejamento e implementação das ações, permitirá o melhor aproveitamento do espaço. Além disso, implementar um leque variado de atividades e ações nas academias, permite que o usuário opte por aquelas que considera mais prazerosas e inclua-as em sua rotina.

POSSIBILIDADE DE PARCERIAS E AÇÕES			
AÇÕES	PARCEIROS		
	Secretaria Municipal de Saúde	Secretaria Municipal de Esportes, Cultura e Turismo	Secretaria Municipal de Educação
Contratar, parcial ou integralmente, um profissional de Educação Física devidamente registrado para atuar nas ações programadas na academia ao ar livre. O profissional também pode ser custeado por recursos de programa/projeto já existente na Prefeitura, por exemplo o Núcleo de Apoio à Saúde da Família - NASF.	X	X	X
Disponibilizar, parcial ou integralmente, um estagiário de Educação Física para auxiliar o profissional de Educação Física.	X	X	X
Contratar, parcial ou integralmente, enfermeiro, assistente social, médico e outros profissionais de áreas afins para realizar palestras e outras ações programadas no local da academia ao ar livre.	X		
Realizar parcerias com entidades que trabalham com equipes multiprofissionais de atuação na área da saúde - como o NASF - para o desenvolvimento de atividades físicas no local da academia com a realização de exames de glicemia, aferição de pressão arterial, verificação de peso e medidas aos usuários da academia ao ar livre periodicamente, encaminhado para consulta médica quando for necessário.	X	X	X
Orientar o cadastro dos interessados em participar das atividades desenvolvidas no espaço da academia ao ar livre (oferecer uma sala com computador para fomentar a organização e gestão das atividades; manter um cadastro dos usuários com suas informações).	X		
Propor, coordenar e realizar atividades físicas e práticas corporais, encontros sociais e culturais no local da academia.		X	X
As equipes de Saúde da Família poderão auxiliar na divulgação e triagem dos possíveis usuários, indicar a academia e incentivar a frequência para a prática de atividade física.	X		

Outra forma de parceria sugerida é com a própria comunidade, por meio de eventuais grupos de convivência já existentes nos bairros onde estão instaladas as academias, tais como grupos da terceira idade, religiosos, entre outros. Esses grupos de convivência envolvem a comunidade como um todo, motivando-a para participar das atividades e também a zelar pelos espaços públicos.

4º PASSO - DIVULGAÇÃO DAS ACADEMIAS E DA PROGRAMAÇÃO NO SEU ESPAÇO

Realizados os Passos 1, 2 e 3, é necessário promover e incentivar a utilização da academia ao ar livre pela população do Município. Primeiramente, recomendamos a realização de ações de divulgação do espaço e das atividades programadas. Para tanto, seguem sugestões:

- Confeção e distribuição de *folders* e cartazes para divulgação da academia ao ar livre, incluindo informações sobre os benefícios da atividade física, localização e horários das atividades;
- Divulgação em mídia, tais como: sites, redes sociais, rádios, jornais, entre outros meios de comunicação;
- Divulgação em carro de som, nas igrejas, associações de moradores e outros órgãos.;
- Investimento na realização de eventos como: inauguração da academia; momentos de atividades físicas para os adultos e brincadeiras para as crianças; corrida esportiva na cidade, com o percurso saindo e chegando na academia; aulas especiais temáticas; passeios dos alunos do Ensino Médio das escolas do Município no espaço da academia ao ar livre, com avaliação médica e oferta de atividades programadas para os jovens, entre outras atividades que atraiam a população para o local da academia.

O sucesso de uma academia ao ar livre é medido pela quantidade e satisfação das pessoas que utilizam os equipamentos e o zelo da população pelo local.



5º PASSO - REALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES

Concluída a instalação dos equipamentos, a pesquisa de interesse e a divulgação, é necessário promover a utilização da academia ao ar livre pela população do Município. Para tanto, o gestor público do Município deve desenvolver estratégias para persuadir e motivar as pessoas a procurarem os espaços da academia ao ar livre para praticar regularmente exercícios físicos, esportes e atividades de lazer.

Para iniciar efetivamente o programa de atividade física e práticas corporais por meio de utilização dos equipamentos da academia ao ar livre, sugerimos ao gestor público e atores municipais envolvidos:

- Contratar um profissional de Educação Física para orientar os usuários, uma vez que o uso incorreto dos equipamentos e uma carga inadequada de exercício físico podem acarretar em lesões;
- Elaborar programação de atividades, horários e dias da semana (modelo sugerido no Anexo II);
- Criar e aplicar ficha de cadastro do usuário da academia (modelo sugerido no Anexo III);
- Desenvolver questionário de conhecimento individual do usuário da academia: anamnese (modelo sugerido no Anexo IV);
- Aplicar uma anamnese com os usuários (modelo sugerido no Anexo IV) e, na eventualidade, recomendar que o usuário passe por uma avaliação médica antes de iniciar os exercícios, a fim de verificar se o mesmo possui alguma restrição na prática de atividade física;
- Organizar turmas conforme critérios definidos (faixa etária, grupo especial, grupo de caminhada, grupo de corrida, atividades opcionais) para realização das atividades no espaço e equipamentos da academia;
- Explicar para o usuário a importância de se manter fisicamente ativo, ainda que não disponha de muito tempo;
- Elaborar metas qualitativas e quantitativas para as ações desenvolvidas no espaço da academia (modelo sugerido no Anexo V);
- Realizar ao menos um encontro geral por mês, com o intuito de promover a socialização e a convivência comunitária entre os participantes por meio de palestras - com temas afins à saúde, qualidade de vida, alimentação, hidratação, sono, hábitos saudáveis, exercício físico e saúde mental -, jogos, danças, eventos esportivos, sociais e culturais;
- Mensurar se houve melhora do desempenho funcional dos usuários da academia em, no mínimo, um indicador, ao menos uma vez a cada três meses. Os indicadores poderão ser coletados por meio da realização de avaliações físicas e/ou por coleta de depoimentos sobre a percepção da saúde dos próprios indivíduos (modelo sugerido no Anexo VI);
- Prestar orientações à população sobre como bem utilizar os equipamentos favorecendo a conservação e a durabilidade deles.

6º PASSO - LIMPEZA DO ESPAÇO DA ACADEMIA E MANUTENÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

É imprescindível a limpeza regular do espaço e a conservação dos equipamentos, de modo a garantir uso prazeroso e seguro aos frequentadores da academia, evitando riscos de lesões.

A limpeza deve ser feita em toda a área da academia, incluindo os equipamentos e as placas, e, se houver, nos banheiros e bebedouros. Além disso, conforme o espaço, deve ser feita roçada; capina; varredura; jardinagem; recolhimento de resíduos (lixo); e em caso de academias com acesso noturno, a troca de lâmpadas queimadas.

A vida útil média dos equipamentos é de 5 (cinco) anos. Geralmente, os fornecedores oferecem 1 (um) ano de garantia contra defeitos de fabricação. Caso seja identificado algum defeito de fabricação, dentro do prazo de garantia, a Subesp deverá ser informada.⁴

É necessário que o gestor público municipal estabeleça como serão feitas a limpeza e as manutenções periódicas do espaço da academia, além de definir os responsáveis por essa demanda.

MANUTENÇÃO PREVENTIVA

A manutenção preventiva destina-se a reduzir a possibilidade de ocorrência de defeitos, falhas ou irregularidades nos equipamentos e componentes neles instalados, a fim de manter as condições normais de utilização e segurança e o bom estado de conservação e funcionamento, devendo ser realizada por pessoa ou empresa devidamente habilitada.

Recomenda-se que a manutenção preventiva compreenda regularmente:

- Verificação dos parabolt (fixadores dos equipamentos no concreto) e dos rolamentos, com a troca conforme a necessidade;
- Limpeza e lubrificação dos equipamentos;
- Promoção de ajustes e regulagens;
- Tratamento nas áreas com ferrugem;
- Lubrificação e engraxamento dos equipamentos;
- Avaliação das peças e acessórios;
- Serviço de solda, quando houver equipamento quebrado que precise desse tipo de reparo,
- Retoques de pintura, com prévia galvanização a fogo, quando necessário.

⁴ Essa orientação é válida somente para os casos em que os equipamentos que compõem a Academia forem fruto de doação da Subesp.

MANUTENÇÃO CORRETIVA

A manutenção corretiva visa reparar todos os defeitos, falhas ou irregularidades detectadas, restabelecendo o pleno funcionamento dos equipamentos das academias ao ar livre. Esse tipo de manutenção deve ser realizado por pessoa ou empresa devidamente habilitada. Há fornecedores de equipamentos para academia ao ar livre que possuem assistência para reposição ou manutenção de peças.

Deverão ser remetidas à Prefeitura informações sobre o mau uso e a depredação dos equipamentos, as condições de uso e as necessidades de melhorias. Assim, recomenda-se a instalação de uma placa com indicação de telefones e endereços da Prefeitura, com horários de atendimento, para uso da população na solicitação de averiguação e consertos ou necessidades de melhorias nas academias.

Uma outra possibilidade é promover um programa de “adoção” do espaço e dos equipamentos da academia por comerciantes locais, instituições e empresas do Município. Por meio da adoção, a empresa ou instituição cuida do espaço ou da academia e pode explorar publicidade neles (modelo sugerido no Anexo VII). No entanto, destaca-se que a empresa ou instituição não pode deter nenhum tipo de benefício em relação à prestação de serviços não remunerados. Além disso, a empresa ou instituição doadora não pode se apropriar do bem público, ou tomar-se como ordenador da utilização ou restrição da utilização pelo restante da população.

O programa de adoção do espaço e dos equipamentos da academia também pode ser aplicado para pessoas físicas, tais como os moradores do local da academia, sem, contudo, manter a contrapartida de publicidade.



FONTES DE RECURSOS PARA INCENTIVO AO USO, CONSERVAÇÃO, MANUTENÇÃO E MELHORIAS DO ESPAÇO E DOS EQUIPAMENTOS DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE

Além das emendas estaduais, outra alternativa para a implantação das Academias ao ar livre é a captação de recursos junto a outros entes da federação, a iniciativa privada e terceiro setor. Algumas formas são:

CONVÊNIOS FEDERAL E ESTADUAL

São acordos firmados entre órgãos públicos municipais com órgãos públicos estaduais ou federais. Celebrados após a aprovação do plano de trabalho, os convênios visam à execução de programa de governo, envolvendo a realização de projeto, atividade, serviço, aquisição de bens ou evento de interesse recíproco. Podem ser executados convênios para aquisição e instalação de academias ao ar livre, bem como para custeio de profissionais e materiais para realização de atividades físicas orientadas, de forma a potencializar o uso da academia ao ar livre de forma continuada pela população.

Nesta modalidade, o órgão repassador de numerário deposita o valor pactuado para determinada atividade na conta aberta pela entidade beneficiada, especificamente para este fim. Normalmente, exige-se contrapartida mínima para celebração do convênio. Entre outras obrigações legais, é necessário prestar conta dos valores recebidos.

Os Governos Federal e Estadual podem fazer esse acordo, conforme disponibilidade orçamentária e financeira. Os gestores municipais devem estar atentos às possibilidades. Mais informações em:

Governo Federal: <https://www.gov.br/economia/pt-br/>

Governo Estadual: <https://www.portalcagec.mg.gov.br/>

EMENDAS PARLAMENTARES

Deputados estaduais podem remanejar, incluir e cancelar gastos no Projeto de Lei do Orçamento do Estado por meio das emendas parlamentares estaduais.⁵ Da mesma maneira, deputados federais e senadores podem alterar o Projeto de Lei do Orçamento da União por intermédio de emendas federais. Os parlamentares trabalham a proposta de orçamento encaminhada pelo Poder Executivo. As emendas são uma forma de contemplar/atender as demandas das comunidades que representam.

Os gestores municipais devem estar atentos às atividades dos parlamentares estaduais e federais. Cabe aos responsáveis pelo Município identificar os parlamentares que atuam na localidade e se articularem junto a eles para garantir a destinação dos recursos ao Município.⁶

⁵ O passo a passo detalhado foi apresentado no tópico O PROCESSO DE INSTALAÇÃO E GESTÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE deste guia

⁶ A respeito das emendas estaduais, cabe a ressalva de que a implantação dos equipamentos da Academia é realizada por meio de doação. Já as ações para incentivo ao uso são desenvolvidas por meio do firmamento de convênio.

PARCERIAS COM ENTIDADES PRIVADAS

Por fim, ressaltamos que há também a possibilidade de parcerias do poder público com entidade da iniciativa privada para a instalação de academias ao ar livre. Nesse caso, como contrapartida, o parceiro pode confeccionar placas e outros materiais para realizar publicidades naquele local.

Veja algumas reportagens que relatam duas parcerias de êxito:

- Através de parceria com empresa privada cidade do Rio ganha mais academias ao ar livre. Disponível em <<https://bit.ly/3EgRVz4>> Acesso em 28 out. 2021.
- Parceria público-privada assegura 3 academias ao ar livre para a comunidade. Disponível em <<https://bit.ly/3rG9Mfp>> Acesso em 28 out. 2021.

LEI ESTADUAL DE INCENTIVO AO ESPORTE⁷

A Prefeitura Municipal pode atuar para fomentar e potencializar a utilização da academia ao ar livre por meio de duas estratégias: (a) Captação de recursos pela Prefeitura Municipal junto a empresas contribuintes do Imposto sobre Operações relativas à Circulação de Mercadorias e sobre Prestações de Serviços de Transporte Interestadual e Intermunicipal e de Comunicação (ICMS) para posterior dedução no saldo do ICMS a pagar ao Estado; (b) Apoio a Projetos Esportivos apresentados por Entidades Esportivas no Município.

Fomento à utilização da academia ao ar livre a partir da captação de recursos pela Prefeitura Municipal junto a empresas contribuintes do ICMS para posterior dedução no saldo do ICMS a pagar ao Estado.

- A Prefeitura poderá protocolar até 3(três) projetos no edital de seleção de projetos esportivos da Lei de Incentivo ao Esporte de Minas Gerais disponível no site incentivo.esportes.mg.gov.br da Subsecretaria de Esportes - Subesp.

Apoio a Projetos Esportivos apresentados por Entidades Esportivas no Município para fomento à utilização da academia ao ar livre.

- A Prefeitura poderá celebrar termo de cessão do espaço da academia para entidades esportivas do Município que queiram promover o esporte na academia por meio de projeto incentivado pela Lei de Incentivo ao Esporte de Minas Gerais;

⁷ A Escola Virtual do Observatório do Esporte de Minas Gerais (EVOE), disponibiliza um curso gratuito sobre a Lei Estadual de Incentivo ao Esporte. Para se inscrever, basta acessar ead.observatoriodoesporte.mg.gov.br

- a entidade esportiva sem fins lucrativos, com comprovada capacidade de execução de Projeto Esportivo, com mais de 1 (um) ano de existência legal e com finalidade esportiva prevista em seu Estatuto, poderá protocolar até 3 (três) projetos no edital de seleção de projetos esportivos da Lei de Incentivo ao Esporte de Minas Gerais disponível no site incentivo.esportes.mg.gov.br da Subsecretaria de Esportes - Subesp.

Em qualquer das estratégias de atuação, os projetos aprovados poderão ser patrocinados por empresas contribuintes do ICMS, que deduzirão o valor do patrocínio do saldo mensal do ICMS a ser pago ao Estado, sem exigência de contrapartida. A Subesp oferece qualificação programada para prefeituras que tenham interesse em apresentar projetos de promoção do desporto na Lei de Incentivo ao Esporte de Minas Gerais. Além das qualificações programadas, a Subesp oferece através do Observatório do Esporte cursos EAD do tema (disponíveis no link <https://ead.observatoriodoesporte.mg.gov.br/>) e atendimentos individuais durante todo o ano, mesmo com o teletrabalho, através de reuniões virtuais, visando sanar eventuais dúvidas sobre o mecanismo, mediante agenda prévia pelo e-mail incentivo.esporte@social.mg.gov.br.

Os projetos podem contemplar despesas com a contratação de profissionais de Educação Física para atuar nos espaços das academias, aquisição de equipamentos, uniformes para os beneficiários e material esportivo, serviços de promoção e divulgação do espaço e sua programação. Caso seja de interesse da Prefeitura ou da entidade executora, também é possível contratar outros profissionais, conforme tabela disponível no Edital de Seleção, para formação de uma equipe multidisciplinar.

O Edital vigente está disponível em <http://incentivo.esportes.mg.gov.br/editais/>. O foco do certame é a promoção e o fomento do esporte e da prática de atividade física em Minas Gerais e que sejam de acesso gratuito ao público, isentos de taxa de inscrição ou qualquer outra forma de contribuição, ou cujo acesso seja por meio de doação de alimentos ou similares.

Dúvidas quanto à utilização do Sistema podem ser sanadas junto à equipe técnica pelo e-mail incentivo.esporte@social.mg.gov.br.

Mais informações: <http://incentivo.esportes.mg.gov.br/>

LEI FEDERAL DE INCENTIVO AO ESPORTE - LEI 11.438/2006

Quem pode participar?

Pessoas jurídicas, de direito público ou privado, sem fins lucrativos, com finalidade esportiva expressa, mínimo de um ano em funcionamento e sem registro de inadimplência junto ao Governo Federal. Exemplo: instituições do desporto, confederações, federações, ligas, governo de estado, prefeituras, pessoas jurídicas do terceiro setor (associações, ONGs, institutos). Fonte: Cartilha da Lei de Incentivo, disponível em <http://www.esporte.gov.br/arquivos/leiIncentivoEsporte/Manual-da-Lei-de-Incentivo-ao-Esporte-Proponente.pdf>.

Quem pode patrocinar?

Empresas e pessoas físicas que invistam parte do que pagariam de Imposto de Renda em projetos esportivos aprovados pelo Ministério do Esporte. As empresas podem investir até 1% desse valor e as pessoas físicas, até 6% do imposto devido.

Procedimentos

O primeiro procedimento para a apresentação dos projetos é o cadastramento no SLIE – Sistema da Lei de Incentivo ao Esporte. O segundo passo é o preenchimento dos formulários disponibilizados no site do Ministério do Esporte, no endereço <https://www.gov.br/cidadania/pt-br/acoes-e-programas/lei-de-incentivo-ao-esporte>

Assim como na Lei Estadual de Incentivo ao Esporte, existem duas estratégias de atuação da Prefeitura: (a) Captação de recursos pela Prefeitura Municipal junto a patrocinadores; (b) apoio a Projetos Esportivos apresentados por Entidades Esportivas no Município, mediante disponibilização de carta de cessão do espaço destinado à realização das atividades esportivas.

Mais informações disponíveis em:

<https://www.esporte.gov.br/index.php/institucional/secretaria-executiva/lei-de-incentivo-ao-esporte>.



ICMS ESPORTIVO

A aquisição e uso da academia ao ar livre contribuem para pontuação e repasse de recursos para o Município no ICMS Esportivo - um dos 18 (dezoito) critérios estabelecidos pela Lei Nº. 18.030/2009, pela qual cada Município participante recebe recursos de acordo com as atividades esportivas que realiza (mais informações em <http://social.mg.gov.br/esportes/icms-esportivo>).

No Sistema de Informação ICMS Esportivo (icms.esportes.mg.gov.br), o Município deve, primeiramente, comprovar o pleno funcionamento do Conselho Municipal de Esportes no ano anterior ao ano de análise. Ou seja, em 2021, o município comprova o pleno funcionamento do Conselho em 2020. Posteriormente, é necessário comprovar a realização de programas/projetos esportivos no Município ou a participação de atletas/equipes que representaram o Município em outros locais.

Nos termos da Resolução Sedese nº 57/2019, a aquisição da academia ao ar livre no ano base pontua na Atividade esportiva "Instalação/Reforma/Equipamento Esportivo".

Já a utilização da academia pode ser cadastrada nas atividades esportivas "Atividades de Lazer", "Esporte Terceira Idade", "Esporte para Pessoas com Deficiência", dentre outras atividades esportivas, a depender das características do público e da prática esportiva realizada no local.

Cabe lembrar: os recursos oriundos do ICMS Esportivo são transferidos do Estado para o caixa único da Prefeitura e sua aplicação não necessariamente é vinculada ao esporte. Portanto, trata-se de uma decisão da gestão municipal aplicar os recursos do ICMS Esportivo nesta área.



ANEXOS

ANEXO I

SUGESTÃO DE QUESTIONÁRIO PARA CONHECER A DEMANDA E OS INTERESSES DA COMUNIDADE AO REDOR DO LOCAL DE INSTALAÇÃO DA ACADEMIA AO AR LIVRE:

Prezado(a) Cidadão(ã),

Para conhecimento do interesse e da demanda da comunidade usuária do espaço e dos equipamentos de ginástica e práticas corporais disponíveis na academia ao ar livre, situada no (colocar a localização), e para auxiliar na elaboração do planejamento das atividades para realização na academia, solicitamos a sua contribuição respondendo às perguntas abaixo.

Desde já agradecemos sua participação.

Sugestão:

1 - Marque as opções que correspondem a como a atividade física se apresenta no seu dia a dia (tal como lavar carro, arrumar casa, passear com o cachorro, cuidar do jardim, caminhar, correr, pedalar, dançar, subir ou descer escadas, jogar futebol, basquete, entre outras):

- ☐ Atividade física no trabalho.
- ☐ Atividade física como meio de transporte.
- ☐ Atividade física em casa.
- ☐ Atividade física como recreação, esporte e lazer.
- ☐ Nenhuma das alternativas acima.

2 - Qual alternativa melhor se adapta a você?

- a) Pratico atividade física regularmente há mais de 6 meses.
- b) Pratico atividade física regularmente há menos de 6 meses.
- c) Praticava atividade física regularmente, mas interrompi há, pelo menos, 6 meses.
- d) Não pratico atividade física.
- e) Pretendo iniciar o programa de atividade física.
- f) Pretendo me tornar mais ativo fisicamente nos próximos 30 dias.
- g) Não tenho planos de me tornar mais ativo fisicamente.

3 - Atualmente, você realiza alguma atividade física?

- a) Sim.
- b) Não.

4- Se sim, qual(is) atividade(s) física(s) você pratica?

- a) Pilates.
- b) Aulas de dança.
- c) Caminhada.
- d) Corrida.
- e) Esportes.
- f) Ginástica de academia ao ar livre.
- g) Hidroginástica.
- h) Lutas.
- i) Musculação.

j) _____ Outras _____ Atividades.

Citar: _____.

k) Não se aplica.

5 - Com qual frequência você pratica a(s) atividade(s) física(s)?

- a) 1 vez por semana.
- b) 2 vezes por semana.
- c) 3 vezes por semana.
- d) 4 vezes por semana.
- e) 5 vezes por semana.
- f) 6 vezes por semana.
- g) 7 vezes por semana.
- h) Não se aplica.

6 - Qual a duração da(s) atividade(s) física(s) diária(s)?

- a) 30 minutos.
- b) De 30 minutos a 1 hora.
- c) De 1 a 2 horas.
- d) De 2 a 3 horas.
- e) Mais de 3 horas.
- f) Não se aplica.

7 - Você possui interesse em praticar alguma atividade física no espaço da academia ao ar livre?

() Sim () Não

8 - Se sim, qual (is) atividade (s) você teria interesse em praticar nesses espaços?

_____.

9 - Considerando que as atividades poderão durar no mínimo 30 minutos e no máximo 50 minutos, qual seria o melhor turno e qual(is) seria(m) o(s) melhor(es) horário(s) de início para você? (Horários podem ser adequados à realidade do Município)

- () Manhã () 6h30 () 7h () 7h30 () 8h () 8h30
- () Tarde/noite () 16h () 16h30 () 17h () 17h30 () 18h () 18h30

10 - Quantas vezes por semana você teria disponibilidade para praticar alguma atividade física no espaço da academia ao ar livre?

- ☐ 1 vez por semana.
- ☐ 2 vezes por semana.
- ☐ 3 vezes por semana.
- ☐ 4 vezes por semana.
- ☐ 5 vezes por semana.
- ☐ Todos os dias da semana.
- ☐ Nenhum dia.

11- Você reside próximo ao local da academia ao ar livre?

- ☐ Sim
- ☐ Não

12- Se sim, qual a distância aproximada?

- ☐ Cerca de 100m.
- ☐ Cerca de 300m.
- ☐ Cerca de 500m.
- ☐ Cerca de 1km.
- ☐ Cerca de 3 km.
- ☐ Outro. Citar: _____.

ANEXO II**MODELO DE QUADRO DE PROGRAMAÇÃO SEMANAL PARA A ACADEMIA AO AR LIVRE:**

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Horário	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade
Horário	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade
Horário	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade
Horário	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade	Modalidade

OBSERVAÇÃO:

Adaptar grade de horários e programação conforme resultado da consolidação das respostas do questionário aplicado junto à comunidade no entorno da academia e à realidade do Município.

ANEXO III SUGESTÃO DE PROTOCOLO DE CADASTRO DO USUÁRIO DO ESPAÇO DA ACADEMIA AO AR LIVRE

CADASTRO DO USUÁRIO DO ESPAÇO DA ACADEMIA AO AR LIVRE

Nome:

Idade:

Localização da academia:

Gênero: () Fem. () Mas. () Não deseja informar.

Nome:

Idade:

Endereço: _____

____ Nº.: _____ Complemento _____,

Bairro: _____

Cidade: _____

Contatos

Celular:

Telefone:

E-mail:

Motivos de interesse em praticar atividade física:

- a) Recomendação médica
- b) Recomendação familiar
- c) Recomendação de amigo
- d) Manutenção da saúde
- e) Interesse próprio

Observações:

Data: ____ / ____ / ____

Nome: _____

Aplicador: _____

Assinatura: _____

ANEXO IV**SUGESTÃO DE ANAMNESE DO USUÁRIO DO ESPAÇO E EQUIPAMENTOS DA ACADEMIA AO AR LIVRE. (PARA EVENTUAL USO EM DIAGNÓSTICOS E ESTATÍSTICAS)**

Aplicador: _____

Data: ____/____/____

Dados pessoais:

Nome: _____

Idade: _____ Data de nascimento: ____/____/____

Telefone de contato: () _____

Toma medicamento: () NÃO () SIM Qual (ais)? _____

Medidas:

Peso: _____

Altura: _____

IMC: _____

Relação cintura/quadril: _____

Circunferência abdominal: _____

Observações: _____

Etapa 1 de 3: ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA**1 - Número de horas de estudo por semana:**

- a) Menos de 20 horas.
- b) De 20 a 40 horas.
- c) De 41 a 60 horas.
- d) Mais de 60 horas.
- e) Não estudo.

2 - Número de horas de trabalho por semana:

- a) Menos de 20 horas.
- b) De 20 a 40 horas.
- c) De 41 a 60 horas.
- d) Mais de 60 horas.
- e) Não trabalha.

3 - Qual a principal atividade desempenhada durante a jornada de trabalho?

- a) Ficar sentado na cadeira.
- b) Levantar ou carregar peso.
- c) Ficar de pé.
- d) Correr.
- e) Caminhar.
- f) Dirigir.
- g) Outros.
- h) Não se aplica.

Etapas de 4 a 11: COMPORTAMENTO RELACIONADO À SAÚDE

4 - Qual a média de tempo que você permanece sentado por dia?

- a) 1 hora.
- b) 2 horas.
- c) 3 horas.
- d) 4 ou mais horas.
- e) Menos de 1 hora.

5 - Você possui atividades de lazer?

- a) Sim.
- b) Não.

6. Como você avalia a qualidade do sono?

- a) Muito ruim
- b) Ruim
- c) Bom
- d) Muito bom

Obs.(queixas): _____

7 - Você fuma?

- a) Não.
- b) Sim, de 1 a 5 cigarros por dia.
- c) Sim, de 6 a 10 cigarros por dia.
- d) Sim, de 11 a 15 cigarros por dia.
- e) Sim, de 16 a 20 cigarros por dia.
- f) Sim, mais de 20 cigarros por dia.

8 - Se não, você já foi fumante?

- a) Não se aplica.
- b) Não.
- c) Sim. Parei de fumar há menos de 6 meses.
- d) Sim. Parei de fumar entre 6 meses a 1 ano.
- e) Sim. Parei de fumar entre 1 a 3 anos.
- f) Sim. Parei de fumar entre 3 a 10 anos.
- g) Sim. Parei de fumar há mais de 10 anos.

9 - Você faz uso de bebida alcoólica?

- a) Não.
- b) Sim, somente em festas e ocasiões especiais.
- c) Sim, todos os finais de semana.
- d) Sim, quase todos os dias.
- e) Sim, todos os dias da semana.

10 - Quantos copos d'água você bebe por dia?

- a) Nenhum.
- b) De 1 a 2 copos.
- c) De 3 a 4 copos.
- d) De 5 a 7 copos.
- e) 8 ou mais copos.

Etapa 11 a 27 - HISTÓRICO MÉDICO

11 - Quando foi seu último exame médico?

- a) Há 1 mês.
- b) Há 2 meses.
- c) Há 6 meses.
- d) Há 1 ano.
- e) Há mais de 1 ano.
- f) Não me lembro de ter feito um exame médico.

12 - Quantas intervenções cirúrgicas você já teve?

- a) Nenhuma.
- b) 1.
- c) 2.
- d) 3.
- e) 4.
- f) Mais de 4.

13 - Você já recebeu diagnóstico e tratamento para alguns destes problemas?

- a) Alcoolismo.
- b) Artrite.
- c) Diabetes.
- d) Problemas musculares.
- e) Problema renal.
- f) Problemas oculares.
- g) Pressão Arterial.
- h) Osteoartrose.
- i) Enfisema pulmonar.
- j) Úlcera.
- k) AVC.
- l) Hanseníase.
- m) Anemia.
- n) Asma.
- o) Obesidade.
- p) Colesterol elevado.
- q) Triglicérides elevado.
- r) Nenhum deles.
- s) Outros. Quais? _____

Nas questões a seguir (13 - 21), marque a frequência com que você sente cada um dos sintomas:

13 - Tosse com sangue

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

14 - Dor abdominal

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

15 - Dor nas pernas

- a) Sempre
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

16 - Dor nos braços

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

17 - Dor nas costas ou no pescoço

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

18 - Dor no peito

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

19 - Dor nas articulações

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

20 - Falta de ar com esforço leve

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

21 - Sentir-se fraco

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

22 - Palpitação ou batimento cardíaco acelerado

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

23 - Tontura

- a) Sempre.
- b) Algumas vezes.
- c) Nunca.

24 - Você tem alguma alergia?

- a) Sim. Qual?:
- b) Não.

25 - Você tem alguma restrição à prática de atividade física?

- a) Sim. Qual?:
- b) Não.

26 - Você faz algum tipo de tratamento?

- a) Sim. Qual?:
- b) Não.

27 - Você faz uso de algum medicamento?

- a) Sim. Qual?:
- b) Não.

Etapa 28 de 34: AVALIAÇÃO DE RISCO CARDIOVASCULAR

28 – Seu médico já disse que você possui algum problema cardíaco e recomenda atividade física apenas sob supervisão médica?

- a) Sim.
- b) Não.

29 - Você tem dor no peito provocada por atividade física?

- a) Sim.
- b) Não.

30 - Você teve dor no peito no último mês?

- a) Sim.
- b) Não.

31 - Você já perdeu a consciência em alguma ocasião ou sofreu alguma queda em virtude de tontura?

- a) Sim.
- b) Não.

32 - Você tem algum problema ósseo ou nas articulações que poderia agravar-se com atividade física?

- a) Sim.
- b) Não.

33 - Algum médico já lhe prescreveu medicamentos para pressão arterial ou para o coração?

- a) Sim.
- b) Não.

34 - Você tem conhecimento, por informação médica ou pela própria experiência, de algum motivo que poderia impedi-lo de participar de atividades físicas?

- a) Sim. Qual?
- b) Não.

Etapa 3- CONDIÇÕES DE SAÚDE / QUALIDADE DE VIDA

35 - Em geral, como você considera sua saúde atualmente?

- a) Excelente.
- b) Muito boa.
- c) Boa.
- d) Regular.
- e) Ruim.

ANEXO V SUGESTÕES DE METAS QUALITATIVAS E QUANTITATIVAS

METAS QUALITATIVAS E QUANTITATIVAS			
META LINHA DE	INDICADOR	BASE	VERIFICADOR
Atender até XXX pessoas por mês no programa	Número médio de usuários atendidos por mês em cada horário	Número médio de usuários atendidos por mês a partir do início do projeto.	Listas de frequência e relatórios consolidados.
Promover a inclusão social da população acima de 50 anos participante do programa.	Número de usuários com mais de 50 anos que participaram das atividades promovidas no espaço. (?)		Listas de frequência, relatórios dos profissionais e fotos dos encontros.
Propiciar qualificação dos profissionais envolvidos e alinhamento das diretrizes e práticas desenvolvidas no programa.	Número de participação dos profissionais da academia em cursos, eventos, palestras e outros espaços de qualificação profissional. (?)	Nível de conhecimento dos profissionais envolvidos sobre as diretrizes e estratégia pedagógica do programa.	Atas das reuniões mensais da Equipe de profissionais do programa. Lista de frequência dos profissionais envolvidos. Certificados de conclusão e participação em cursos e eventos.
Melhorar as condições de saúde dos beneficiados.	Melhora do desempenho funcional em no mínimo 10% de acordo com a avaliação física e anamnese. Oferecimento aos participantes de práticas corporais, atividades físicas orientadas por profissional, três vezes por semana com duração de 50 minutos cada sessão.	Resultados da primeira avaliação física e anamnese. Frequência na prática de atividade física regular dos beneficiados antes do início do projeto.	Resultados da avaliação física e anamnese. Listas de frequência dos usuários do programa.

ANEXO VI

SUGESTÃO DE AVALIAÇÃO PRÉ E PÓS (COM PELO MENOS 3 MESES) A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NO ESPAÇO E EQUIPAMENTOS DA ACADEMIA AO AR LIVRE

Nome: _____

Idade: _____ Data de nascimento: ____/____/____

Data da anamnese: ____/____/____

Telefone de contato: (____) _____

Toma medicamento: () NÃO () SIM Qual(ais)?

Data da entrevista: ____/____/____

Nome do entrevistador: _____

Assinatura: _____

Realizar as seguintes medidas:

- IMC
- Relação cintura X quadril
- Circunferência abdominal
- Percepção da saúde

Em geral, como você considera sua saúde atualmente?

- A) Excelente.
- B) Muito boa.
- C) Boa.
- D) Regular.
- E) Ruim.

Como você avalia as ações e atividades desenvolvidas no espaço e equipamentos da academia ao ar livre?

- a) Excelente.
- b) Muito bom.
- c) Bom.
- d) Regular.
- e) Ruim.

Você recomendaria o programa a familiares ou a outras pessoas?

- a) Sim
- b) Não.

ANEXO VII

PROGRAMA DE ADOÇÃO DO ESPAÇO E DOS EQUIPAMENTOS DA ACADEMIA AO AR LIVRE PARA CONSERVAÇÃO, MANUTENÇÃO E MELHORIAS.

Objetivo:

Realizar a conservação e manutenção do espaço, inclusive banheiros, se houver, e dos equipamentos, inclusive bebedouros, se houver, das academias ao ar livre.

Quem pode participar:

- Pessoas jurídicas (comércios, indústrias, prestadores de serviço);
- Associações de bairros;
- Escolas;
- Estabelecimentos comerciais;
- Sindicatos;
- Organizações sociais;
- Entidades de classe.

Como participar:

Interessados devem entrar em contato ou dirigir-se ao local abaixo para adesão ao programa:

(Indicar o nome do órgão público) | (Indicar o endereço e telefone)

Aberto: (Indicar os dias e horários de funcionamento)

Como funciona:

1. A instituição ou empresa e a Prefeitura Municipal firmam um Termo de Cooperação, documento que determina o local, a modalidade e duração da adoção, bem como direitos e deveres das partes;
2. Assinado o Termo de Cooperação, a empresa ou instituição passa a ser responsável pela manutenção da área adotada;
3. A empresa ou instituição pode expor placa de divulgação de sua marca no espaço adotado de acordo com as especificações e condições estabelecidas no Termo de Cooperação;
4. A parceria é fiscalizada pela Prefeitura Municipal por meio de avaliação técnica, em que são verificados critérios conforme estabelecido no Termo de Cooperação.

Modalidades:

Há três formas de responsabilidade sobre as áreas adotadas:

1. Responsabilidade total: adotante assume o ônus (custo) de realizações de melhorias e a manutenção integral da área e seus equipamentos, inclusive com fornecimento de mão de obra, materiais e insumos;
2. Responsabilidade parcial: o adotante assume os custos de implantação de melhorias; os encargos da manutenção continuam com a Prefeitura Municipal;
3. Responsabilidade pela manutenção: o adotante se responsabiliza pela manutenção da área, incluindo fornecimento de mão de obra e insumos, mas não custeia implantação de melhorias.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, 1988. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br>>.

BRASIL. Lei no 8.666, de 21 de junho de 1993. Regulamenta o art. 37, inciso XXI, da Constituição Federal, institui normas para licitações e contratos da Administração Pública e dá outras providências. Brasília, 1993. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br>>.

BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt2446_11_11_2014.html

BRASIL. Ministério da Saúde. Promoção da Saúde: Declaração de Alma-Ata, Carta de Ottawa, Declaração de Adelaide, Declaração de Sundsvall, Declaração de Santafé de Bogotá, Declaração de Jacarta, Rede de Megapaíses e Declaração do México. Projeto Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. 47p.

BUENO, Denise Rodrigues; MARUCCI, Maria de Fátima Nunes; CODOGNO, Jamile Sanches and ROEDIGER, Manuela de Almeida. Os custos da inatividade física no mundo: estudo de revisão. Ciênc. saúde coletiva [online]. 2016, vol.21, n.4, pp.1001-1010. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015214.09082015>.

CELAFISCS - I Curso Internacional de Atividade Física e Saúde Pública. Ilha Bela: 2004.

COUTINHO, S. S. As competências do profissional de Educação Física para atuar na Atenção Básica. 2011. 207 f. Tese (Doutorado em Enfermagem em Saúde Pública) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2011.

FERREIRA, M.S.; NAJAR, A.L. Programas e campanhas de promoção da atividade física. Ciência & Saúde Coletiva, 2005. v. 10, Suplemento. p.207-219.

Haskell WL, Lee IM, Pate RR, Powell KE, Blair SN, Franklin BA, et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sport Medicine and the American Heart Association. Med Sci Sport Exerc. 2007; 3(2):1423–34.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, Agita Brasil: Guia para Agentes Multiplicadores, Secretaria de Políticas de Saúde, 2001.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, Estratégia Global da OMS para Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, Brasília: 2004.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília, DF, 2006.

_____. Portaria 154/2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família – NASF. Brasília, DF, 2008.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica, n. 27 - Diretrizes do NASF – Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Brasília, DF, 2009.

_____. Portaria 719/2011. Institui o Programa Academia da Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde. Brasília, DF, 2011.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE – VIGITEL BRASIL 2006 – Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Brasília, 2010.

PNUD. Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional - Movimento é Vida: Atividades físicas e esportivas para todas as pessoas. 1. ed. Brasília: PNUD, 2017.

SECRETARIA DE ESTADO DE ESPORTES. Manual de planejamento e gestão de infraestrutura esportiva. Belo Horizonte, 2011. Disponível em: <http://www.esportes.mg.gov.br/images/stories/Esportes/infraestrutura_esportiva/manual_infraestrutura_esportiva.pdf>.

SECRETARIA DE ESTADO DE ESPORTES E DA JUVENTUDE. Resolução SEEJ No47/2013. Estabelece valor máximo unitário de materiais e equipamentos esportivos para execução de recursos da Secretaria de Estado de Esportes e da Juventude, transferidos por meio de Convênios de Saída, a órgãos e entidades de qualquer nível de governo e instituições privadas. Belo Horizonte, 08 de julho de 2013. Disponível em: <http://esportes.mg.gov.br/images/stories/resolucoes/2013/resolucao_seej_047_2013.pdf>

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE. Projeto Academia da Praça: mudança para a vida. Piriri, 2010. Disponível em: http://piripiri.pi.gov.br/novo/index2.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=6&Itemid=167.

<https://www.joinville.sc.gov.br/public/edital/anexo/5b37bc09a32c89c2610cd34dd5972984.pdf> (procedimentos de manutenção preventiva e corretiva)

<https://www.joinville.sc.gov.br/servicos/adocao-de-pracas-jardins-e-canteiros-publicos-por-empresas-e-instituicoes/> (ADOÇÃO DE ACADEMIAS)

IBGE, 2004: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/trabalhoerendimento/pnad2004/>

SECRETARIA DE ESTADO DE SÃO PAULO, Programa Agita São Paulo, 2001.

WARSCHAUER, M.; CARVALHO, Y. M.; MARTINS, C. L.; FREITAS, F. F. As escolhas das práticas corporais e dos profissionais que as conduzem nas unidades básicas de saúde do distrito Butantã – SP. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 15, e CONGRESSO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 2., 2007, Recife. Anais. Recife: Edupe, 2007. v. 1.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - The Impact of Chronic Disease in Brazil. Disponível em http://www.who.int/chp/chronic_disease_report/media/brazil.pdf



OBSERVATÓRIO
DO ESPORTE

DESENVOLVIMENTO
SOCIAL



**MINAS
GERAIS**

GOVERNO
DIFERENTE.
ESTADO
EFICIENTE.