

**INDICADORES DE SAÚDE COMO PROPOSTA PEDAGÓGICA DESENVOLVIDA NO
ESTÁGIO MULTIDISCIPLINAR**

Pesquisador(es): SALES, Ana Alice; BARETTA, Elisabeth

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida e Saúde

Resumo: O Índice de Massa Corporal (IMC), assim como a flexibilidade, são dois importantes indicadores de saúde. Crianças com sobrepeso ou obesidade tendem a apresentar baixo índice de atividade física. Essa característica influencia, gradativamente, na flexibilidade, na saúde e na qualidade de vida. O objetivo deste trabalho foi verificar, por meio do IMC, crianças que apresentem situação de sobrepeso e obesidade e constatar os níveis de flexibilidade, podendo diagnosticar sua importância para uma vida saudável. Após as observações realizadas na Escola Municipal Nossa Senhora de Lourdes, em Joaçaba, SC, com as turmas do 8º e 9º ano do ensino fundamental, foram realizadas aulas de intervenção, com a finalidade de coletar dados relativos ao IMC e à flexibilidade. Tais coletas utilizaram o cálculo do IMC e o teste de sentar e alcançar de Wells, como protocolos de pesquisa. Os resultados obtidos se mostraram satisfatórios tanto para o IMC como para a flexibilidade, porém, apesar dos resultados positivos, foi possível perceber que a intervenção abrangeu um campo ainda maior, possibilitando a apresentação de temas fundamentais para saúde, bem como promovendo a conscientização e a auto percepção de cada indivíduo. Ao término, foi possível afirmar a importância da docência acadêmica na escola, pois ela cria um elo de inserção e expansão de conhecimentos, envolvendo os educandos em um processo de construção de saberes, aumentando o conhecimento teórico por meio de vivências práticas e possibilitando uma percepção maior sobre saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Saúde. Índice de Massa Corporal. Flexibilidade.

E-mails: anaalicesales94@gmail.com; elisabeth.baretta@unoesc.edu.br