

EDUCAÇÃO POSTURAL

Coordenador: ADRIANE VIEIRA

O Grupo da Coluna no Contexto do SUS é um Projeto de Extensão que utiliza a metodologia das Escolas Posturais. As aulas visam prevenir problemas gerados pela má postura em atividades de vida diária (AVDs). É desenvolvido na UBS/HCPA pela profa. Adriane Viera e alunos de fisioterapia, propondo a prática de exercícios e orientações para a realização de AVDs . A oficina visa o incentivo de bons hábitos posturais, através de ensinamentos sobre a postura e a importância da prática de exercícios. Serão trabalhadas as AVDs pegar objetos e permanecer sentado e em pé. Espera-se que os participantes entendam a importância da realização adequada das AVDs, evitando dores musculoesqueléticas. É essencial para formação dos extensionistas a participação no projeto e nas oficinas, pois permite uma vivência da prática profissional e aprimoramento de estratégias de educação e promoção da saúde, as quais são diretrizes da rede de atenção básica do SUS.