



EDITAL/UFU/PROEXC/ N° 82/2017

ANEXO I

PLANO DE TRABALHO/ ATIVIDADES DO BOLSISTA DE EXTENSÃO

PROJETO: As dores do tempo: "sentindo na pele" as mudanças do tempo atmosférico e a saúde dos idosos em Ituiutaba - MG (Registro SIEX n.º 15707)

INTRODUÇÃO:

As ações de extensão apresentadas neste plano de atividades do(s) bolsista(s) contemplam as etapas que o(s) mesmo(s) irão desenvolver ao longo dos 10 (dez) meses de atuação no projeto intitulado (As dores do tempo: "sentindo na pele" as mudanças do tempo atmosférico e a saúde dos idosos em Ituiutaba - MG).

JUSTIFICATIVA:

A influência das condições meteorológicas e das alterações bruscas do estado do tempo na saúde, constitui-se uma evidência. Desde a antiguidade, estudiosos como Hipócrates em V a. C. buscavam compreender esta influência, discorrendo sobre os efeitos das estações do ano, ocorrência dos ventos (quentes e frios), água, sol, dentre outros fatores sobre a saúde do homem, em sua famosa obra Ares, Água e Lugares. Esta busca por compreensão, como visto desde a antiguidade, foi e ainda é objeto de estudo e curiosidade, sendo elaborados crescentemente novas pesquisas e discussões.

Por meio de relatos, observações e estudos comprovou-se que determinadas pessoas apresentam meteorossensibilidade (conforme afirma Besancenot em suas pesquisas), ou seja, quando há uma alteração dos estados do tempo (variação da temperatura, umidade ou da pressão atmosférica) estes indivíduos percebem efeitos/sintomas negativos e positivos em seu organismo, tais como dores de cabeça, dores nas articulações, dentre outros agravos patológicos e comportamentais, mas também é possível ser observado um sentimento de bem-estar em determinadas condições do tempo.

Geralmente, a sucessão dos tipos de tempo não causa uma doença particular, mas tende a agravar aquelas já existentes (SARTORI, 2014). Estudos têm sido elaborados tendo como tema a variabilidade climática, porém ainda há a necessidade de se chegar a um consenso, no que tange a influência local nas tendências globais.

Contudo, os estudos de variabilidade climática local, principalmente sobre a temperatura, precipitação e umidade relativa são essenciais para se compreender os



impactos que estas variações podem trazer para a população como um todo, mas principalmente a idosa, que são mais vulneráveis a estas variações. Essa variabilidade é caracterizada por uma elevação ou diminuição nos valores médios de uma série meteorológica (QUEIROZ; COSTA, 2012).

O controle termorregulatório é semelhante no homem e na mulher, mas diminui no idoso e em pacientes enfermos (BRAZ, 2005). Para a manutenção de uma temperatura corporal estável, é essencial a integridade de todos os elementos envolvidos na sua regulação, sendo eles, os sensores térmicos, o centro integrador e de comando e os sistemas eferentes (MAGALHÃES et al. 2001). A temperatura fisiológica humana depende da temperatura do ar e também da taxa de perda de calor proveniente deste organismo. Esta varia de um indivíduo para o outro, de acordo com sua constituição física, peso, vestuário, atividades físicas ou trabalhos, dieta, estado de saúde, idade, sexo, estado emocional e do grau de ajustamento às condições climáticas predominantes (AYOADE, 2006).

OBJETIVOS:

Promover a sensibilização sobre os cuidados necessários para enfrentar as mudanças bruscas no estado de tempo, na tentativa de amenizar as dores do tempo meteorológico, buscando melhorias para a qualidade de vida da população idosa de Ituiutaba-MG.

ESPECÍFICOS

- Elaborar e aplicar um questionário aos idosos para conhecimento dos males agravados, sentidos pela mudança no estado de tempo;
- Organizar e desenvolver oficinas informativas que contribuam para a prática de hábitos cotidianos dos idosos, contribuindo para a promoção de sua saúde e proteção em relação à mudança do tempo;
- Confeccionar, divulgar e distribuir uma cartilha informativa sobre os cuidados básicos que os idosos devem ter com as mudanças bruscas no estado do tempo atmosférico;



- Possibilitar a qualificação profissional dos estudantes de Geografia, através da relação teoria-prática durante a graduação.

PERFIL DO BOLSISTA:

O(s) Candidato(s) bolsista(s) devem apresentar o seguinte perfil:

- Aluno regularmente matriculado no Curso de Graduação em Geografia da FACIP/UFU;
- Ter conhecimento na área de Climatologia ou Climatologia Médica e saber lidar com pessoas idosas;
- Dispor de 20 horas semanais para o desenvolvimento das atividades inerentes às ações de extensão propostas pelo presente projeto de extensão;

ATIVIDADES A SEREM DESENVOLVIDAS

- Participar das reuniões da equipe;
- Auxiliar na elaboração de Palestras e oficinas que serão apresentadas na Casa do Velho Bezerra de Menezes e PSFs em Ituiutaba – MG;
- – Divulgação e distribuição do material confeccionado direcionado aos idosos, cuidadores e demais profissionais relacionados à saúde;
- Elaboração de publicações e demais produtos acadêmicos, divulgando os procedimentos e resultados obtidos pelo projeto, buscando compartilhar os conhecimentos adquiridos e as experiências vivenciadas;
- Contribuir na proposição de um folder informativo contendo informações sobre dados do trânsito em Ituiutaba – MG;
- Elaborar trabalhos para publicação/apresentação referentes à temática com a finalidade de participação em eventos de extensão, e demais que sejam elencados como pertinentes, visando a divulgação do projeto de extensão o qual está vinculado;
- Ao final das ações de extensão, contribuir na elaboração do relatório final;
- Organizar um manuscrito apontando todas as atividades desenvolvidas durante o período de vigência da bolsa, a fim de divulgar os resultados e consequentemente agradecimentos ao edital que possibilitou a proposição e consolidação da proposta extensionista.



CONTRIBUIÇÃO DA BOLSA PARA O (A) ALUNO (A)

- Estimular à participação e práticas de extensão em sua formação acadêmica;
- Promover a aproximação dos alunos com a comunidade;
- Acompanhar cotidianamente o desenvolvimento das atividades de extensão relacionadas à proposta em questão;

AVALIAÇÃO:

A avaliação do bolsista será feita no decorrer da realização das atividades propostas. Para tanto, serão utilizadas fichas de avaliação e observações realizadas por alunos e pelos coordenadores do Programa, Projetos e subprojetos.

Uberlândia, 25 de setembro de 2017.