



Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão

Nome do projeto	FacCuidar
Tipo de projeto	Extensão
Area em que se enquadra	Esporte e Lazer
Objetivos do projeto	Promover a integração entre os conhecimentos da epidemiologia e a prática profissional em Educação Física, com foco na avaliação e prescrição individualizada de exercício físico voltada à promoção da saúde comunitária.
Cursos participantes	EDUCAÇÃO FÍSICA
Disciplina(s) envolvida(s)	Projeto integrador V
Nome do responsável pelo projeto	WELLINGTON FERNANDO DA SILVA
Dia de início	08/12/2025
Dia de término	12/12/2025

INTRODUÇÃO

Os projetos de extensão desempenham um papel crucial no cumprimento da missão das instituições de ensino superior, ao promoverem a integração entre universidade e sociedade. Por meio da extensão, busca-se levar o conhecimento acadêmico para além dos muros institucionais, aplicando-o de forma prática e transformadora para atender às demandas e desafios da comunidade.

Este projeto de extensão, desenvolvido no âmbito do curso de CURSO EDUCAÇÃO FÍSICA, está fundamentada no compromisso com a responsabilidade social, na valorização do diálogo entre saberes acadêmicos e populares e no estímulo à participação ativa da comunidade envolvida.

Com base no princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, este projeto busca não apenas beneficiar a comunidade atendida, mas também contribuir para a formação integral dos estudantes, proporcionando-lhes uma vivência prática enriquecedora, que alia aprendizado técnico à sensibilização para questões sociais, culturais e ambientais. Essa interação fortalece a cidadania, amplia a visão crítica e estimula a criação de soluções inovadoras e inclusivas para problemas reais.

Dessa forma, esta iniciativa reafirma o papel da extensão universitária como ferramenta de transformação social e

desenvolvimento sustentável, ao mesmo tempo em que fortalece a formação acadêmica e o compromisso ético da instituição de ensino superior com a sociedade.

JUSTIFICATIVA

A realização deste projeto de extensão é motivada pela necessidade de responder a desafios concretos enfrentados pela comunidade de EDP501M223 e EDP501N223, direcionadas para questões que impactam diretamente a qualidade de vida e as oportunidades disponíveis para os envolvidos.

Além disso, o projeto possibilita um espaço para que os estudantes desenvolvam habilidades práticas e estabeleçam uma conexão mais próxima com os contextos sociais em que atuarão no futuro. Essa experiência contribui para a formação de profissionais mais capacitados, sensíveis às realidades sociais e preparados para lidar com problemas diversos de forma criativa e assertiva.

Portanto, este projeto de extensão justifica-se pela sua capacidade de promover transformações reais e de valorizar o protagonismo comunitário, ao mesmo tempo que prepara os envolvidos para desempenharem papéis significativos em suas áreas de atuação. A iniciativa busca, assim, atuar como um agente de mudança local, gerando resultados concretos e contribuindo para o desenvolvimento social de forma ampla e significativa, reafirmando o compromisso da instituição de ensino superior com a construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e sustentável, fortalecendo o vínculo entre universidade e sociedade.

METODOLOGIA

Ações/atividades previstas:

O estudo visa identificar o perfil epidemiológico de familiares dos discentes, considerando indicadores de saúde, hábitos de vida e fatores de risco relacionados à inatividade física, obesidade e doenças crônicas. Neste contexto, teremos como participantes os familiares dos discentes regularmente matriculados no 5º período de Educação Física (FacUnicamps). A amostra será constituída de 5 a 8 familiares, totalizando uma amostra estimada entre 150 e 250 participantes, dependendo do número de alunos na turma.

Serão utilizados instrumentos validados e padronizados na área da saúde e Educação Física. Neste sentido, iremos utilizar o *Physical Activity Readiness Questionnaire* para a avaliação da prontidão para atividade física. *International Physical Activity Questionnaire* para avaliação do nível de atividade física. Questionário sociodemográfico com informações sobre idade, sexo, peso, altura, IMC e condições de saúde autorreferidas (hipertensão, diabetes, dislipidemia, entre outras).

A metodologia desempenha um papel essencial em qualquer projeto de pesquisa, pois é por meio dela que se define o caminho a ser seguido para alcançar os objetivos propostos. Ela garante a organização e o rigor necessários para a condução das etapas do estudo, permitindo que os resultados obtidos sejam confiáveis, relevantes e fundamentados.

Além disso, a metodologia proporciona transparência ao processo de pesquisa, permitindo que outros pesquisadores compreendam e eventualmente repliquem as etapas do estudo, contribuindo para a validação científica dos resultados. Assim, ela não apenas orienta a execução do projeto, mas também reforça a credibilidade e o impacto do conhecimento produzido.

Este projeto visa em síntese atingir como público alvo EDP501M223 e EDP501N223, servindo como um guia que conecta os objetivos propostos às conclusões alcançadas, tendo como proposta de atividade um(a) Esporte e Lazer, assegurando que o trabalho seja realizado de forma sistemática, ética e fundamentada, fortalecendo sua relevância acadêmica e prática.

Este projeto de Extensão visa trazer como produto final Educação e treinamento. O resultado final de um projeto de extensão é uma das etapas mais importantes, pois representa a concretização de todo o esforço, dedicação e recursos investidos ao longo do processo. Ele é o produto que traduz as hipóteses testadas, os dados analisados e as conclusões alcançadas, permitindo que o conhecimento gerado seja compartilhado, avaliado e aplicado.

ATIVIDADES

ATIVIDADES PREVISTAS

Atividade: FacCuidar

Data: 08/12/2025

Local: Mostra de Artigos

Início: 08:00:00h

Horas certificadas: Não necessita

Cursos autorizados:

RESULTADOS

A avaliação de um projeto acadêmico não deve se limitar apenas à sua execução, mas também à análise dos resultados e impactos gerados. Para isso, o uso de indicadores é essencial, pois permite medir, de forma objetiva e sistemática, o sucesso das ações desenvolvidas.

Os indicadores possibilitam a identificação de avanços, a verificação do cumprimento dos objetivos estabelecidos e a tomada de decisões baseadas em dados concretos. Além disso, contribuem para o aperfeiçoamento de futuras iniciativas, garantindo que as práticas acadêmicas sejam cada vez mais eficazes e alinhadas às necessidades da sociedade.

Dessa forma, nossa instituição busca utilizar indicadores para monitorar e avaliar um projeto acadêmico, tornando possível quantificar impactos, comprovar a relevância das atividades desenvolvidas e propor melhorias contínuas, fortalecendo a qualidade da formação acadêmica e a conexão entre ensino, pesquisa e extensão.