

# A VIVÊNCIA DE CONTEÚDOS CULTURAIS NA PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE.

Marisa Sallaberry Mendes  
 Vinicius Brito  
 Rebecca Franco  
 ULBRA/Canoas

## Introdução

As atividades de lazer físico/esportivas, sociais, intelectuais e manuais, quando bem direcionados e embasados em parâmetros científicos, atuam como um elo terapêutico importante, por intervir no corpo do indivíduo, durante todo o processo de tratamento.



## Objetivos

O objetivo deste projeto de extensão consiste, em estimular os sujeitos que possuem uma dependência química e/ou um transtorno psiquiátrico a participarem de atividades esportivas, intelectuais, sociais, manuais. Pretende-se proporcionar a eles, uma nova relação com o meio em que estão inseridos, oportunizando uma melhoria na sua qualidade de vida, adesão ao tratamento e prevenção da recaída.



## Metodologia

A metodologia utilizada consiste em jogos e atividades adaptadas, que são desenvolvidas uma vez por semana, no complexo esportivo da ULBRA, com a duração de duas horas. O público alvo são sujeitos dependentes químicos ou com transtornos psiquiátricos, que residam no município de Canoas/RS, que se encontram internados na unidade de saúde mental do HU/ULBRA/Canoas, ou estão em tratamento psiquiátrico.



## Resultados

Realizou-se uma avaliação qualitativa, no final das aulas, através de uma pergunta como se sentiram realizando as atividades. Todos foram unânimes em dizer que se sentiam muito bem, mais relaxados e contentes de participar. [marisaedufisica@outlook.com](mailto:marisaedufisica@outlook.com)