

Programa Pós Covid-19 inicia nova etapa, com oferta de atividades físicas

Enviado por Daniel Leite em qua, 13/10/2021 - 15:20



Pacientes em atividade no Bosque Rodrigues Alves, em Belém

[Anterior](#) [Próximo](#)

O Programa de Atenção Integral à Saúde de Pacientes Pós-Covid-19 da Universidade do Estado do Pará (Uepa) deu início a uma nova fase, voltada aos que tiveram a forma leve da doença ou concluíram as sessões de atendimentos especializados, ofertadas pela Universidade. Agora, os pacientes atendidos no Programa contam com atividades físicas, que integram o Projeto Qualidade de Vida.

As atividades ocorrem pela manhã, no Bosque Rodrigues Alves. Atualmente, 40 pacientes, divididos em duas turmas, estão na nova fase do Programa e praticam exercícios às terças e quintas e às quartas e sextas-feiras.

O objetivo do Projeto Qualidade vida é melhorar a autoestima dos pacientes que foram infectados pelo vírus, por meio da atividade física. Além disso, as ações visam reduzir o impacto da doença no dia a dia das pessoas, proporcionar atividades coletivas, diminuir a ansiedade e a depressão e ampliar a possibilidade de reabilitação.

O coordenador do Programa Pós-Covid da Uepa, Fábio Falcão, explica que a nova fase surgiu da necessidade em proporcionar melhora no estilo de vida aos pacientes que sofreram com a Covid-19. “Aqueles pacientes que ainda apresentam algum tipo de sintoma ou sequela, seja de ordem física ou relacionada a saúde mental, irão participar dessa etapa que foca na busca por qualidade de vida após sofrerem com o vírus”, afirmou.

Ações no Bosque buscam saúde física e mental

Uma manhã de sol, contato com a natureza, troca de afeto entre os envolvidos e atividades físicas orientadas para o bem-estar foram algumas das atividades que marcaram o início das ações do Projeto Qualidade de Vida, neste mês.

O instrutor de Educação Física, Diogo Augusto Soares, orienta os pacientes do Projeto Qualidade de Vida e explica que este supre a carência de atividades na busca por uma vida saudável. “A atividade física auxilia os pacientes a buscarem um condicionamento que proporcionará qualidade de vida, tanto no âmbito físico quanto mental”, comentou.

Para o paciente do Projeto, João Francisco Ferreira, as atividades e acompanhamentos serão importantes na recuperação após a fisioterapia. “Ano passado fiquei sabendo do Projeto Pós Covid-19 para pessoas que foram infectados com o vírus e estavam tendo dificuldade na reabilitação física. Me inscrevi e fui chamado e estou desde então há uns dois meses nesse processo de recuperar minha qualidade de vida, além do corpo e da mente que foram muito afetados no meio disso tudo”, ponderou.

Para participar do programa Pós Covid-19 da Uepa é necessário fazer o cadastro via Whatsapp pelo número (91) 98118-2421. Após este primeiro contato e avaliação, o paciente será encaminhado para os diversos serviços que o Programa oferece.

Texto e fotos: Daniel Leite Jr (Ascom Uepa)

Link da URL: <https://www.uepa.br/pt-br/noticias/programa-p%C3%B3s-covid-19-inicia-nova-etapa-com-oferta-de-atividades-f%C3%ADsicas>