

**Ação de Promoção à Saúde no Esporte da Liga de Clínica Médica (LACM) na
XXXVI Corrida General Salgado**

ODS: 3

Giovanna Andersen Milani (UNITAU)

Lara Santos Alves (UNITAU)

Luisa Ashcar Seixas Maia (UNITAU)

Mayume Pádua Fukuoka (UNITAU)

A corrida é um esporte conhecido por prevenir problemas cardiovasculares. Acessível e fácil de ser praticada, essa atividade física foi a mais praticada em 2024, segundo o Relatório Anual sobre Tendências de Esportes do Strava. Entretanto, tal facilidade de prática faz com que muitos se exercitem de forma irregular, sem acompanhamento médico e numa intensidade inadequada. Com isso, a Liga de Clínica Médica (LACM), em conjunto com outras ligas que participaram do Mutirão das Ligas, realizou uma ação no evento Corrida General Salgado, no 5º Batalhão da Polícia Militar do Interior, com o escopo de conscientizar acerca dos riscos de lesões e de morte súbita quando o esporte é praticado além dos limites físicos e sem um preparo adequado, sem deixar de exaltar a atividade física como forma de prevenção de doenças e de promoção da longevidade. Para a execução desta ação, a Liga Acadêmica de Clínica Médica, em conjunto com as ligas de Cardiologia, Oncologia, Dermatologia e Ortopedia, se mobilizou para confeccionar panfletos e banners, além de buscar itens de infraestrutura, como tenda, e materiais para a execução do atendimento, como esfigmomanômetro e estetoscópio. A ação social, que durou de quinta a domingo e contou com aproximadamente 3 mil pessoas, obteve resultados bastante positivos, sendo orientado acerca dos cuidados que se deve ter antes e depois da corrida, lembrado aos participantes de manter uma avaliação médica regular e aferida a pressão arterial do público. O espaço destinado às atividades foi constantemente visitado pelos corredores e espectadores, que demonstraram curiosidade em saber a pressão arterial e em esclarecer dúvidas.

Além do foco em saúde cardiovascular, promovido pelas Ligas de Clínica Médica e de Cardiologia, as Ligas Acadêmicas, de Dermatologia, Oncologia e Ortopedia abordaram a prevenção e o rastreamento dos cânceres de pele, de mama e de próstata. O diálogo com a comunidade favoreceu a troca de experiências e possibilitou a prática de educação em saúde. Conclui-se que a integração de ações de promoção da saúde em eventos esportivos é uma abordagem promissora para impactar positivamente a comunidade, reforçando a importância do autocuidado, devendo ser incentivada e expandida.

Palavras-chave: Corrida; Esporte; Saúde cardiovascular; Educação em saúde.

Referências

LEE, D. et al. Leisure-Time Running Reduces All-Cause and Cardiovascular Mortality Risk. **Journal of the American College of Cardiology**, v. 64, n. 5, p. 472–481, ago. 2014.

HART, L. Marathon-Related Cardiac Arrest. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v. 23, n. 5, p. 409–410, set. 2013.

CHENG, Q. et al. Global, regional, and national burden and risk factors of ischemic heart disease, 1990–2021: an analysis of the global burden of disease study. **Frontiers in Public Health**, v. 13, 25 abr. 2025.

DAYER, M. J.; GREEN, I. Mortality during marathons: a narrative review of the literature. **BMJ Open Sport & Exercise Medicine**, v. 5, n. 1, p. 555, jun. 2019.

WEBNER, D. et al. Sudden Cardiac Arrest and Death in United States Marathons. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 44, n. 10, p. 1843–1845, out. 2012.

LEYK, D. et al. Utilization and Implementation of Sports Medical Screening Examinations – Survey of More Than 10 000 Long-Distance Runners. **Deutsches Arzteblatt Online**, 5 set. 2008.