

**A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE
ESTUDANTES DE MEDICINA
(VIVÊNCIAS NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO NA MEDICINA)**

BARROS, Maria Luísa Siegloch¹; RODRIGUES, Nicholas Elyezer Rocha²; LIMA, Pedro Lucas Gomes³; BORTOLINI, Miguel Junior Sordi⁴.

Introdução: Segundo a Organização Mundial de Saúde, a Prática de Atividade Física (PAF) é fundamental para a promoção da saúde e prevenção de doenças. Apesar disso, ao observar a realidade de cursos de Medicina, percebe-se que o sedentarismo faz-se presente no cotidiano de estudantes, fato este que pode ser justificado pela insuficiência da abordagem da temática ao longo da formação acadêmica, como é enfatizado na fala de autores como Bortolini *et al* (2021). Neste sentido, com o objetivo de amenizar esse déficit, surge a disciplina Atividade Física na Promoção da Saúde, na Universidade Federal do Acre (UFAC). **Objetivo:** Apresentar a importância de disciplinas voltadas para o aprofundamento acerca da importância da PAF para a saúde. **Relato de experiência:** Durante o período de ensino remoto, em 2021, foi ministrada a disciplina “Atividade Física na Promoção da Saúde” no curso de Medicina da Universidade Federal do Acre (UFAC). Além da realização de aulas expositivas, em que foram discutidos os diversos benefícios da PAF para a saúde, foram executadas atividades que envolviam a elaboração de perguntas relacionadas a um artigo científico e *cards* informativos relacionados à PAF e saúde. Esse método garantiu maior aprofundamento do conhecimento pelos discentes. Para finalização, foi realizada roda de conversas sobre o aproveitamento da matéria no cotidiano dos alunos e de seus familiares. **Reflexões:** Por meio das atividades desenvolvidas, com base nos relatos obtidos ao final da disciplina, é de caráter irrefutável a mudança de perspectiva dos discentes quanto ao papel e importância da PAF, que se apresenta como um fator incomensurável para melhoria da qualidade de vida. **Conclusão:** Clarifica-se a necessidade de se prover o conhecimento adequado sobre a PAF em cursos de Medicina. As disciplinas, ao proporcionarem reflexões relacionadas à importância da atividade física para a saúde, implicam em uma melhor formação aos médicos, que compreenderão e utilizarão a PAF como fator determinante de melhora de qualidade de vida para seus futuros pacientes.

Descritores: Comportamento sedentário; Educação médica; Promoção da saúde.

¹Graduanda em Medicina, Universidade Federal do Acre, maria.siegloch@sou.ufac.br;

²Graduando em Medicina, Universidade Federal do Acre, nicholas.elyezer1@gmail.com;

³Graduando em Medicina, Universidade Federal do Acre, pedrogomes11.plgl@gmail.com;

⁴Docente, Universidade Federal do Acre, bortolinimjs@gmail.com.