

Uniesi inclui preocupação com idosos no curso de Educação Física

A preocupação com o crescimento da população idosa no Brasil apareceu no radar do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIESI. É o que garante o professor-coordenador do curso, Marcos Gasparino Schmidt, de 39 anos.

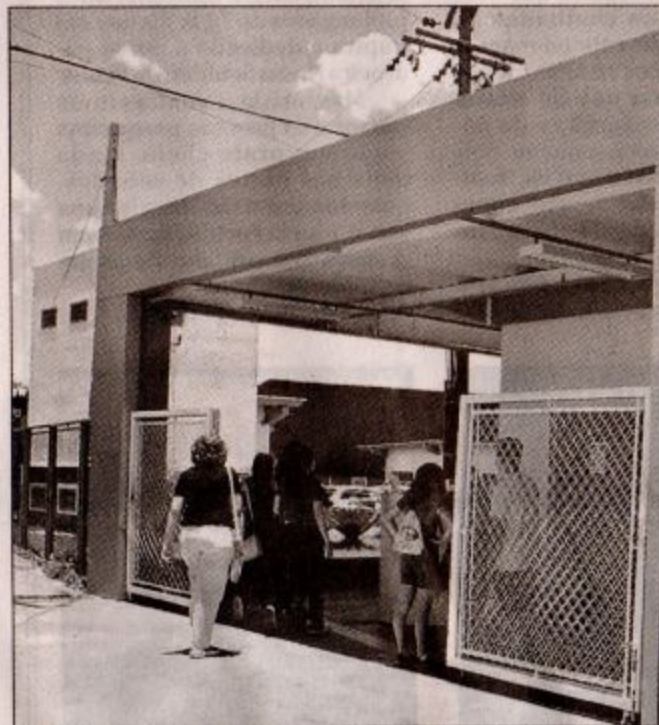
Segundo ele, as diversas faculdades de educação física, públicas e particulares, espalhadas pelo país, estão atentas ao fenômeno e a maioria delas já inclui na carga curricular atividades voltadas para este tipo de especialização.

“Posso citar o UNIESI que incluiu em sua grade curricular disciplinas que miram o fenômeno do envelhecimento, como por exemplo a disciplina de ‘Atuação junto ao Idoso’, a qual, aborda não somente a atividade física, mas todo um contexto de atuação junto à pessoa idosa”, mencionou.

O professor coordenador também enxerga a existência de um novo nicho de trabalho a ser explorado pelos profissionais do setor. Segundo Schmidt, essa é uma tendência atual, que visa preparar o profissional da área para atuar em diferentes situações. “A expansão das possibilidades de atuação nos últimos anos tem permitido que o profissional de educação física possa atuar em diversos campos, como academias, clubes, hospitais, clínicas e empresas”, reforçou.

CONSCIENTIZAÇÃO

Todo esse conjunto de ações deve vir, na opinião de Moisés Diego Germano, 35, doutor e mestre na disciplina Ciência do Movimento Humano (professor da Prefeitura Municipal de Itapira e do Centro Universitário UNIESI) de um amplo pro-



Em sua grade educacional, o Uniesi, já trabalha visando atividades para idosos

cesso de conscientização.

“Importante demonstrar para esse público que o movimento e/ou exercício físico frequente pode atenuar o processo de envelhecimen-

to, seja pela manutenção da massa muscular, força, aptidão cardiopulmonar, assim como pela capacidade de controlar doenças típicas do envelhecimento

como diabetes, hipertensão, enfartos e o câncer”, colocou

Germano defende ainda que esse conjunto de atividades seja algo prazeroso para os indivíduo, como

forma de impedir a desistência, algo que segundo ele, acaba comprometendo os métodos aplicados. “Muitas pessoas procuram se exercitar, mas logo desistem e param. Isso acontece porque não encontram de fato algo que lhes gere prazer. Então a atividade acaba se tornando chata e desagradável”, ponderou.

Ao finalizar, o especialista advertiu que a prescrição de treinamento exige método e disciplina. “A atividade física é frequentemente encarada como um remédio, é como tal, deve ser ministrada com uma dose, variável de um indivíduo para outro. O profissional da educação física consegue avaliar e estabelecer a dose correta para cada pessoa, especialmente para os que adotam uma rotina de sedentarismo e precisam mudar esta condição”, completou.

Uniesi

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE ITAPIRA

UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA

EAD
Educação a Distância