



# X MOSTRA CIENTÍFICA DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

### A ODONTOLIMPIADAS COMO FORMA DE INTERAÇÃO E MELHORIA NA QUALIDADE DE VIDA: SOB PERSPECTIVA DOS ALUNOS DO CURSO DE ODONTOLOGIA DO CENTRO UNIVERSITÁRIO DE ANÁPOLIS - UNIEVANGÉLICA

#### A AUTORIA

João Osmário Mariano Rosa<sup>1\*</sup> (G), Gustavo Peclat David<sup>1</sup> (G), Ana Clara Lima de Farias<sup>1</sup> (G), Jhosy S. Mendes Campos<sup>1</sup> (G), Luiza Santos Cardoso<sup>1</sup> (G), Mário Serra Ferreira<sup>2</sup> (PQ), Giulliano Caixeta Serpa<sup>2</sup> (PQ), Daniel de Almeida Decurcio<sup>3</sup> (PQ).

joaoom.ladco@gmail.com

1. Acadêmico do Curso de Odontologia do Centro Universitário de Anápolis;
2. Professor/Pesquisador do Curso de Odontologia do Centro Universitário de Anápolis;
3. Professor/Pesquisador da Universidade Federal de Goiás (UFG);

#### RESUMO

O presente trabalho objetivou aliar a interação dos discentes e docentes do Curso de Odontologia do Centro Universitário de Anápolis - UniEnvagélica por meio da prática esportiva, tendo como benefícios o bem-estar físico, social e emocional dos envolvidos. Todas as ações de interação foram concretizadas no ginásio poliesportivo do Centro Universitário de Anápolis para a disputa dos jogos entre as equipes, como também houve o auxílio de organizadores formados por alunos e professores do Curso de Odontologia. O resultado obtido foi de contatos fora do ambiente de ensino teórico, em que discentes e docentes se interagiram de forma lúdica, tendo como a mudança na rotina, melhoria em sua qualidade de vida, saúde mental e corporal e conhecimento de novos talentos referente ao esporte.

**Palavras-chave:** Relações interpessoais. Saúde mental. Exercício.

#### INTRODUÇÃO

A qualidade de vida é constituída por vários componentes, que podem ser agrupados em: a) bem-estar físico; b) bem-estar material; c) bem-estar social; d) desenvolvimento e atividade; e e) bem-estar emocional (PINO, 2003). Portanto, as diferentes maneiras que são adotadas em relação ao estilo de vida tornam-se influenciador direto desses componentes, ora de maneira positiva, ora de maneira negativa. Alguns dos meios utilizados por uma maioria população na melhoria da qualidade de vida é a prática de atividades físicas. Estudos confirmam que esse método atua na prevenção de doenças, assim como na manutenção e recuperação da saúde do indivíduo em todas as faixas etárias (FERREIRA et al., 2015 apud MILES, 2007).

Portanto, acredita-se que praticar atividades esportivas e exercícios pode elevar os índices da saúde individua, resultando, nesse ínterim, em qualidade de vida e nas relações interpessoais



# X MOSTRA CIENTÍFICA DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

(SILVA, 2012.). De acordo com a Organização mundial de saúde (OMS) a prática de atividade física regular reduz o risco de mortalidade, doenças cardiovasculares, acidentes vasculares cerebrais, diabetes, dentro diversos outros fatores sistêmicos que acometem indivíduos que possuem vida sedentária e alimentação pobre em nutrientes. Ademais, a vida esportiva atua no controle de valores pressóricos e, conseqüentemente, da pressão arterial, previne o ganho de peso (diminuindo o risco de obesidade), auxilia na prevenção ou redução da osteoporose, promove bem-estar, reduz o estresse, a ansiedade e a depressão (WHO, 2004).

É importante ressaltar que o esporte se constitui de meios de socialização positiva, a qual trata-se de uma maior quantidade de pessoas se relacionando e compartilhando o mesmo momento juntos. Além disso, não só bem para a saúde e bem-estar físico, mas também ao bem-estar social e emocional (psicológico) dos envolvidos a prática (VIANNA, 2011). Diante dos fatos, o atual relato de experiência objetivou aliar a interação dos discentes e docentes do curso de odontologia por meio do esporte, tendo como consequência o bem-estar físico, social e emocional dos envolvidos. Tendo em vista todo o estresse implicado a rotina dos envolvidos relacionado ao curso, que solicita grande dedicação, essa experiência torna-se justificável e plausível.

## METODOLOGIA

Para o bom desenvolvimento desse trabalho foi necessária uma equipe de 15 discentes e 2 docentes para organizar o evento. Para que fosse possível a realização dos jogos houve a solicitação de autorização, junto ao Centro Universitário de Anápolis – UniEvangélica, o ginásio poliesportivo e o auditório do bloco E.

Por conseguinte, foi necessário a realização da divulgação do evento no Curso de Odontologia, assim como no restante da faculdade, para que fossem mobilizados além dos jogadores, outros acadêmicos para assistirem os jogos. Com isso, os recursos se basearam no site da UniEvangélica, e cartazes espalhados pelos corredores da faculdade. A Odontolimpiadas mobilizou também cobertura jornalística, de filmagem e a Capelania da UniEvangélica como apoio.

As inscrições do evento foram feitas diretamente com o responsável dos jogos de cada turma do curso de Odontologia. Os acadêmicos para efetuarem as inscrições deveriam escolher as modalidades que atuariam nos jogos seguidos do pagamento no ato da inscrição. Os docentes participantes também contrubuíram com a ajuda de vinte e cinco reais. Técnicos administrativos também foram convidados a participarem do evento, para isso desembolsaram a quantia referente a dez reais. O valor arrecadado das inscrições foi mobilizado para a compra de 360 medalhas e um troféu. Foram contratados também 20 árbitros para apitarem os jogos e organizarem a logística durante a realização dos jogos. Houve também a compra de 500 flyers para divulgação.



# X MOSTRA CIENTÍFICA DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

O evento foi realizado entre o dia 25/09/2017 ao dia 27/11/2017, tendo jogos das 16h às 19h horas no período vespertino e das 21h às 22:30h no horário noturno. Assim, todos os envolvidos contribuíram, de alguma forma, para o sucesso deste evento, que contou com a participação dos jogadores pertencentes à faculdade, como também da participação proativa de professores, que haviam seus times montados e obtiveram grande êxito em suas partidas, assim como os alunos.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

Essa é uma experiência, a qual presou por integrar os discentes e docentes por meio de algumas modalidades poliesportiva, prezando por uma efetiva competição, com enfoque em propiciar momentos de interação, em que o valor do trabalho em equipe tornou-se notória e de grande valia para o sucesso de cada time. Conseqüentemente, estimulou os participantes a prática diária da atividade física, resultando em melhoria da saúde propiciada pelo presente evento. Os esportes praticados foram futsal, basquetebol, voleibol, handebol, queimadas, sinuca e diversos outros.

Nos esportes coletivos, há o envolvimento de vários participantes em um mesmo time ou equipe e o propósito final é comum a todos. A maioria desses esportes pode ser praticado nos mais diversos ambientes, pois não exigem espaços físicos tão específicos para serem realizados (SIVA et al., 2009).

Os esportes coletivos garantem as condições para que a pessoas tenha acesso, ao praticá-los, ao desenvolvimento de suas habilidades e competências técnicas e táticas, como também a habilidade de se relacionar em jogos em geral e de solucionar situações-problema mais complicadas (OLIVEIRA, 2015). É importante por que nesses tipos de esportes deve-se praticar o senso de colaboração e de equipe (SILVA et al., 2009).

Diante do exposto, os esportes que foram praticados nessa experiência, são aqueles que há necessidade da presença de três ou mais na formação dos times, sendo desse modo, jogos que exigem dos participantes de estratégias para vencer de forma passiva e igualitária. Portanto, é eminente e evidente a importância da colaboração de todos envolvidos, para resolver as dificuldades que surgem durante os jogos.

## RESULTADOS

O êxito na promoção de interação entre as turmas do Curso de Odontologia, e com os professores e técnicos que estão envolvidos no dia a dia de trabalho foi de extremo engrandecimento



# X MOSTRA CIENTÍFICA DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

para o projeto. Dessa forma, também foi possível modificar a rotina de cada presente com a demonstração da prática do esporte e lazer, resultando, no período de jogos, uma semana menos estressante e mais animadora, elevando a saúde geral para todos participantes.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o desenvolvimento deste trabalho, concluímos que o esporte integra as pessoas, trazendo momentos de interação e bem-estar. Além disso, evidenciando a importância de sua prática no dia a dia das pessoas, para promoção da saúde física, mental e psicológica. Aos acadêmicos e professores envolvidos, o reconhecimento da importância do empenho de cada um para que houvesse êxito nos dias de evento. A importância da educação em saúde é interdisciplinar, cabendo tanto discentes quando docentes a realização de mais práticas como esta, com o envolvimento de maiores públicos e, conseqüentemente, perpassa dos ensinamentos sobre a importância da realização da atividade física.

## AGRADECIMENTOS

A Deus e ao curso de Odontologia do Centro Universitário de Anápolis.

## REFERÊNCIAS

1. DA SILVA, A. F.; DE OLIVEIRA, A. L. Os Benefícios da Prática Esportiva e do exercício para a Saúde e Qualidade de Vida do Indivíduo, 2012.
2. FERREIRA, J. S.; DIETRICH, S. H. C.; PEDRO, DANIELLY A. Influência da prática de atividade física sobre a qualidade de vida de usuários do SUS. **Saúde em Debate**, v. 39, p. 792-801, 2015.
3. DEL PINO, A. C. S. Calidad de vida en la atención al mayor. **Revista multidisciplinar de gerontología**, v. 13, n. 3, p. 188-192, 2003.
4. WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Global recommendations on physical activity for health**. World Health Organization, 2010.
5. VIANNA, J. A.; LOVISOLO, H. R.. A inclusão social através do esporte: a percepção dos educadores. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 25, n. 2, p. 285-296, 2011.
6. OLIVEIRA, D. A. Esportes coletivos como conteúdo nas aulas de educação física escolar. 2015.



# X MOSTRA CIENTÍFICA DE AÇÕES EXTENSIONISTAS

7. SILVA, S. M. et al. Prevalência e fatores associados à prática de esportes individuais e coletivos em adolescentes pertencentes a uma coorte de nascimentos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 23, n. 3, p. 263-274, 2009.