Trabalho apresentado no 22º CBCENF

Título: Evento desportivo IMARATHON DE MOTAIN BIKE AMMCC Enfermagem na promoção da saúde:relato de experiencia.

Relatoria: SIMONE PEREIRA DA SILVA CAETANO

Autores: Emileide dos Santos Almeida Vaz
Angélica Boaventura Silva
Pollyanna Simões Coutinho
Aline Araújo Dillenburg

Modalidade: Pôster

Área: Tecnologias, Pesquisa, Cuidado e Cidadania

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: Realizou-se evento reconhecido pela Federação sul-mato-grossense de Ciclismo, no qual tive a oportunidade de atuar como monitora na organização e execução desse importantíssimo evento desportivo, denominado I MARATHON DE MOUNTAIN BIKE AMMCC, realizado no dia 04 de agosto de 2019, na cidade de Coxim-MS, em parceria com a Associação Modelo Coxim de Ciclismo. OBJETIVO: Relatar a experiência adquirida nas atividades desportivas do ciclismo sul-mato-grossense. METODOLOGIA: Trata-se de um breve relato de experiência, com a visão de quem está nos bastidores, apoiando um evento desportivo com tamanha relevância. RESULTADO: Ao atuar no evento realizado pela Federação de Mato Grosso do SUL de Ciclismo, proporcionou-me entender a importância da atividade física como um todo, aqui representada pelo ciclismo, para o bem-estar, para promoção da saúde, além da potencialização da prevenção de doenças crônicos degenerativas. A atuação dos acadêmicos que participaram do evento consistiu-se basicamente em avaliar as condições gerais dos atletas, bem como auxiliar na retomada das melhores condições físicas, tais como, verificar as indisposições, hidratação adequada, oferecendo suporte na linha de chegada aos que se apresentavam excessivamente debilitados, executar pequenos curativos em escoriações, controlar a pressão arterial pós prova, principalmente dos atletas mais idosos. CONCLUSÃO: A experiência em participar do evento proporcionou-me a melhor maneira de compreender a importância de manter-se ativo, pois auxilia em uma melhor qualidade de vida, no bem-estar físico e mental e na prevenção de doenças. Além de ter sido uma oportunidade ímpar de colocar em pratica o conhecimento técnico-cientifico adquiridos em sala de aula, e por fim, estar observando os cuidados que devem ser adotados antes, durante e depois uma atividade física.