



Entidade: **INSTITUTO SEMENTINHA PARA EDUCAÇÃO E PROTEÇÃO À CRIANÇA E AO ADOLESCENTE**

**Termo de Colaboração nº 193, DE 03 DE AGOSTO DE 2023**

**Valor do Repasse (12 meses – 01/01/2024 a 31/12/2024) – R\$ 980.000,00**

**Projeto:** “Promoção de atividades de condicionamento físico adaptado para a população idosa”

**Descrição:** Atendimento descentralizado do Programa “Pró-Hiper” (Centros Esportivos e ATI's)

## **RELATÓRIO DE MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO**

### **1. Introdução:**

Este relatório de monitoramento e avaliação foi elaborado pela Comissão de Seleção e de Monitoramento e Avaliação de Subvenções da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer com o objetivo de analisar as atividades e metas previstas no Plano de Trabalho do projeto “Descentralização do Pró-Hiper”, executado pelo Instituto Sementinha para Educação e Proteção à Criança e ao Adolescente.

O projeto visa promover exercícios físicos multicomponentes voltados para a população idosa, evoluindo para a melhoria da qualidade de vida e inclusão social. O relatório avalia o período de janeiro a junho de 2024, considerando os valores efetivamente repassados pela Administração Pública, o cumprimento das metas e o impacto social gerado pelo projeto.

### **2. Descrição Resumo das Atividades e Metas Estabelecidas:**

Conforme previsto no Plano de Trabalho, as atividades do projeto consistem na oferta de aulas de exercícios físicos supervisionados em núcleos descentralizados e Academias da Terceira Idade, distribuídas em diversas regiões do município. As atividades incluem exercícios de resistência, equilíbrio, flexibilidade e fortalecimento do core, reduzindo os riscos de doenças cardiovasculares e melhorando a mobilidade, a força muscular e a capacidade funcional dos idosos.

As metas condicionais para o projeto incluem:

- **97 turmas ativas** para a prática de exercícios físicos multicomponentes;
- **Atendimento de até 3.130 munícipes/mês** durante o ano de 2024;
- **Capacitação contínua dos profissionais** envolvidos no projeto;



- **Realização de eventos comunitários** para engajamento dos participantes e aumento da visibilidade do projeto;
- **Reavaliações físicas trimestrais** para monitoramento da evolução dos participantes.

### 3. Análise das Atividades Realizadas e Cumprimento das Metas:

#### Janeiro 2024

- **Atividades:** Início das aulas em regime reduzido, com frequência de 1 vez por semana devido ao período de férias e intenso calor.
- **Metas e Impacto:** 98 turmas ativas (101% da meta). Foram realizados 1.853 atendimentos entre núcleos e ATI's e 79 avaliações físicas. O número de inscritos alcançou 1.316, representando um aumento de 3,78% em relação ao mês de dezembro/2023.
- **Benefício Social:** O atendimento, mesmo limitado, manteve os idosos ativos, principalmente em um período crítico de altas temperaturas.
- **Desembolso:** Não houve repasse de valores em janeiro.

#### Fevereiro 2024

- **Atividades:** As aulas retornaram ao regime normal (2 vezes por semana). Realizou-se a primeira capacitação técnica e o evento "Festa de Carnaval".
- **Metas e Impacto:** 98 turmas ativas (101% da meta), 4.578 atendimentos entre núcleos e ATI's, 36 avaliações físicas, 86 participantes no Carnaval. O número de inscritos subiu para 1.347 (+2,36%).
- **Benefício Social:** A retomada das atividades e o evento comunitário desenvolvido para maior integração social e aumento na participação.
- **Desembolso:** Foram repassados R\$ 133.992,00 para pagamento de RH – MEI (referente a janeiro e fevereiro), R\$ 4.500,00 para uniformes, R\$ 2.000,00 para contabilidade, e R\$ 45.080,00 para materiais esportivos.

#### Março 2024

- **Atividades:** Aulas normais. Não houve eventos e/ou capacitações previstos, conforme Plano de Trabalho. Também foi feita a reavaliação física de 709 participantes.



- **Metas e Impacto:** 97 turmas ativas (100% da meta), 5.486 atendimentos entre núcleos e ATI's e 31 avaliações físicas. 1.334 inscritos (redução de 0,97%). A taxa de ocupação chegou a 42,35%.
- **Benefício Social:** A redução no número de inscritos gerou alerta para revisão das estratégias de captação de novos alunos.
- **Desembolso:** R\$ 93.766,00 destinados ao pagamento de RH – MEI e R\$ 1.000,00 para contabilidade.
- **OBS.:** Foi realizada visita de monitoramento nos núcleos CER Jardim Camila e Vila Industrial, conforme documento anexo.

#### Abril 2024

- **Atividades:** Realização do evento "Dia Mundial da Atividade Física" com 198 participantes, além de capacitação técnica sobre prevenção de doenças neurodegenerativas.
- **Metas e Impacto:** 97 turmas ativas (100% da meta), 6.249 atendimentos entre núcleos e ATI's, 99 avaliações físicas. O número de inscritos aumentou para 1.391 (+4,27%). A taxa de ocupação subiu para 44,16%.
- **Benefício Social:** O evento e a capacitação elevaram o engajamento, resultando em uma maior procura pelo programa.
- **Desembolso:** R\$ 88.937,00 para RH – MEI e R\$ 1.000,00 para contabilidade.

#### Mai 2024

- **Atividades:** Palestras sobre "Diabetes e Prescrição de Exercícios" e capacitações técnicas em "Mobilidade", "Frequência Cardíaca" e "Primeiros Socorros". Fechamento e transferência de turmas entre núcleos devido à baixa adesão. Abertura da aula de "dança terapêutica".
- **Metas e Impacto:** 97 turmas ativas (100% da meta), 5.219 atendimentos entre núcleos e ATI's, 47 avaliações físicas, 244 participantes nas aulas de dança terapêutica. O número de inscritos chegou a 1.440 (+3,52%), e a taxa de ocupação subiu para 46,91%.
- **Benefício Social:** Uma oferta diversificada de capacitações e palestras melhorou a conscientização dos participantes sobre questões de saúde, como o controle do diabetes.
- **Desembolso:** R\$ 73.348,00,00 para RH – MEI e R\$ 1.000,00 para contabilidade.



**Junho 2024**

- **Atividades:** Realização de festa junina e palestra sobre "Envelhecimento, inflamação e síndrome metabólica". Também foi feita a reavaliação física de 805 participantes. Ampliação das aulas extras: dança terapêutica, caminhada e alongamento.
- **Metas e Impacto:** 97 turmas ativas (100% da meta), 5.907 atendimentos entre núcleos e ATI's, 716 atendimentos extras de dança, caminhada e alongamento, 84 avaliações físicas. O número de inscritos aumentou para 1.493 (+3,68%). A taxa de ocupação subiu para 48,63%.
- **Benefício Social:** A festa junina e a abertura de novas turmas de aulas extras promoveram maior inclusão e integração social, resultando em aumento na adesão dos participantes.
- **Desembolso:** R\$ 74.039,00,00 para RH – MEI e R\$ 1.000,00 para contabilidade.

**3. Análise da taxa de ocupação dos núcleos e ATI's:**

LOCAL	DIAS	HORÁRIOS	JANEIRO	JUNHO	Avaliação
CAED 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	120%	125%	Alta demanda em 5 turmas com ocupações superiores a 100%.
		9H00	110%	125%	
		10H00	120%	120%	
		11H00	105%	110%	
		13H00	50%	55%	
		14H00	100%	105%	
		15H00	60%	65%	
		16H00	80%	80%	
FERIA DE BRÁS CUBAS 50 vagas por turma	TER/QUI	8H00	98%	96%	Alta demanda no período da manhã, mas as turmas da tarde continuam com pouca adesão.
		9H00	92%	100%	
		10H00	38%	66%	
		11H00	0%	0%	
		13H00	0%	0%	**Verificar estratégias para remanejamento das turmas das 11h e das 13h.
		14H00	16%	30%	
		15H00	18%	22%	
		16H00	26%	28%	
CER BIRITIBA USSU 50 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	52%	54%	Baixa adesão em todas as turmas. Necessidade de ações para promover maior engajamento da comunidade.
		9H00	10%	10%	
		10H00	2%	2%	
		11H00	4%	4%	



<b>PARQUE DA CIDADE</b> 40 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	68%	90%	Aumento em turmas matutinas, atingindo até 90%, mas queda nas turmas das 10h00.
		9H00	58%	73%	
		10H00	68%	45%	
		11H00	45%	50%	
<b>USF JARDIM AEROPORTO II</b> 35 vagas por turma	SEG/QUA	10H00		71%	Núcleo novo, ainda em adaptação.
		11H00		14%	
<b>PRAÇA DA JUVENTUDE</b> 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	100%	105%	A transferência das turmas com baixa demanda foi uma medida eficaz. Alta demanda em 3 turmas com ocupações superiores a 100%, mas queda nas turmas das 11h00.
		9H00	5%	50%	
		10H00	20%	Transferido USF Jd. Aeroporto II	
		11H00	10%		
	TER/QUI	8H00	115%	120%	
		9H00	110%	110%	
		10H00	0%	45%	
		11H00	25%	20%	
<b>CER JARDIM CAMILA</b> 50 vagas por turma	TER/QUI	8H00	62%	78%	Apesar de algumas melhoras, as turmas da tarde permanecem com baixa ocupação.  **Verificar estratégias para melhorar a adesão, principalmente da turma das 11h.
		9H00	34%	46%	
		10H00	18%	28%	
		11H00	6%	2%	
		13H00	10%	12%	
		14H00	8%	6%	
		15H00	12%	14%	
16H00	18%	18%			
<b>CER JUNDIAPEBA</b> 50 vagas por turma	TER/QUI	8H00	58%	64%	Ocupação melhor nas turmas da manhã, mas os horários vespertinos continuam com baixas taxas.  **Verificar estratégias para melhorar a adesão ou realizar o remanejamento das turmas destacadas.
		9H00	18%	28%	
		10H00	26%	24%	
		11H00	4%	4%	
		13H00	0%	0%	
		14H00	2%	2%	
		15H00	26%	16%	
16H00	2%	0%			
<b>CER SABAÚNA</b> 40 vagas por turma	TER/QUI	8H00	98%	90%	As turmas têm alta adesão, com exceção da turma das 11h00, que
		9H00	83%	78%	



		10H00	45%	48%	apesar da melhora, ainda apresenta baixa adesão.
		11H00	0%	8%	
QUADRA VILA INDUSTRIAL 50 vagas por turma	TER/QUI	8H00	64%	48%	Ocupações de algumas turmas caíram levemente; Necessidade de ações para promover maior engajamento da comunidade.
		9H00	62%	60%	
		10H00	28%	36%	
		11H00	20%	14%	
VILA JUNDIAÍ 20 vagas por turma	TER/QUI	8H00	90%	95%	Turmas das 8h e das 9h mantêm altas ocupações. **Verificar estratégias para remanejamento da turma das 11h.
		9H00	75%	80%	
		10H00	30%	40%	
		11H00	0%	0%	
CER CÉSAR DE SOUZA (CAED) Iniciou com 50 vagas por turma, após mudança para o CAED 20 vagas por turma	TER/QUI	6H00	6%	20%	A ocupação aumentou consideravelmente, após a transferência para o CAED.
		7H00	2%	20%	
		8H00	8%	55%	
ATI CANUDOS 20 vagas por turma	SEG/QUA	6H00	30%	30%	Se manteve estável. Verificar ações para melhora da adesão da turma das 6h.
		7H00	80%	80%	
ATI CONJ. DO BOSQUE 20 vagas por turma	SEG/QUA	19H30	185%	185%	Altíssima adesão. Verificar a possibilidade de abrir outra turma.
ATI CONJ. BOVOLENTA 20 vagas por turma	SEG/QUA	6H50	85%	80%	Leve queda na ocupação, mas ainda mantendo uma boa taxa de adesão.
ATI CONJ. COCUERA 20 vagas por turma	SEG/QUA	7H40	85%	90%	Crescimento na adesão, mantendo um bom desempenho.
ATI CONJ. JEFFERSON 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	25%	25%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
ATI CONJ. TOYAMA 20 vagas por turma	SEG/QUA	7H00	35%	35%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
ATI JADIM MARGARIDA 20 vagas por turma	SEG/QUA	7H00	40%	50%	Apresenta melhora na adesão.
ATI JARDIM MARICÁ 20 vagas por turma	SEG/QUA	6H30	50%	70%	Apresenta melhora na adesão.
ATI JARDIM NOVE DE JULHO 20 vagas por turma	SEG/QUA	9H10	60%	55%	Apresenta queda na adesão. Alerta para verificação.

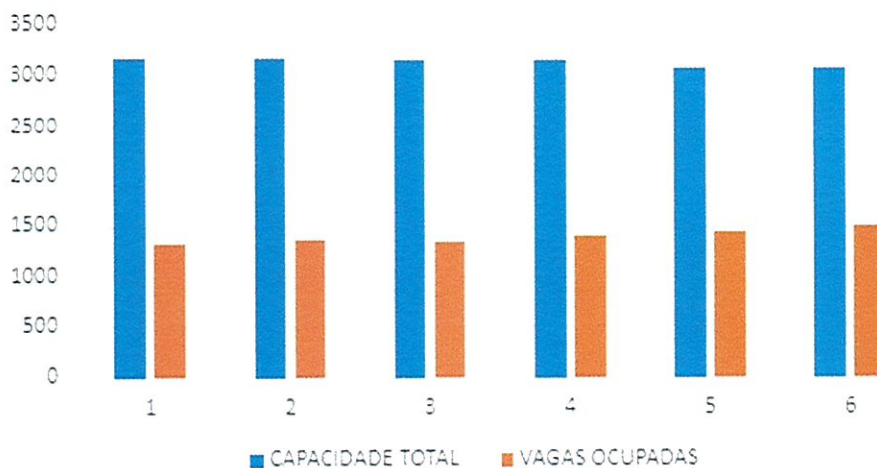


ATI JARDIM PIATÃ I 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H30	105%	110%	Adesão acima do esperado. Ótimo trabalho com a turma das 9h.
		9H30	0%	110%	
ATI JARDIM UNIVERSO 20 vagas por turma	SEG/QUA	7H30	160%	170%	Altíssima adesão. Verificar a possibilidade de abrir outra turma.
ATI PARQUE VARINHAS 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	30%	30%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
ATI PONTE GRANDE 20 vagas por turma	SEG/QUA	9H10	85%	90%	Crescimento na adesão, mantendo um bom desempenho.
ATI VILA CINTRA 20 vagas por turma	SEG/QUA	8H00	85%	90%	Crescimento na adesão, mantendo um bom desempenho.
ATI CHACARA DOS BAIANOS 20 vagas por turma	SEG/QUA	16H30	5%	Subs. pelas aulas extras	Medida eficaz na substituição das aulas.
ATI BOTUJURU 20 vagas por turma	TER/QUI	7H30	65%	100%	Ação eficaz, aumento significativo na adesão das turmas.
		8H30	20%	70%	
ATI CÉU DAS ARTES 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	10%	15%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
ATI JARDIM ARACY 20 vagas por turma	TER/QUI	6H00	20%	20%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
		7H00	35%	30%	
ATI BURACO DO BIDU 20 vagas por turma	TER/QUI	6H00	85%	85%	Turma das 8h com ótima adesão.
		7H00	60%	50%	Apresenta queda na adesão da turma das 7h. Alerta para verificação.
ATI JARDIM PRIMAVERA 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	70%	90%	Ação eficaz, com o aumento significativo na adesão da turma das 7h e a substituição das aulas com baixa adesão.
		8H00	5%	Subs. pelas aulas extras	
ATI JARDIM SANTOS DUMONT III 20 vagas por turma	TER/QUI	8H00	105%	100%	Altíssima adesão.
ATI MOGI MODERNO II 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	120%	120%	Altíssima adesão. Verificar a possibilidade de abrir outra turma.
ATI NOVA BERTIOGA 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	105%	105%	Altíssima adesão.
ATI PARQUE SÃO MARTINHO 20 vagas por turma	TER/QUI	18H00	30%	25%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.



<b>ATI PRAÇA DA LIBERDADE</b> 20 vagas por turma	TER/QUI	6H50	55%	55%	Boa adesão.
<b>ATI PRAÇA GALDINO</b> 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	55%	65%	Boa adesão.
<b>ATI QUATINGA</b> 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	25%	25%	Necessidade de maior promoção ou alteração de horário.
<b>ATI SANTO ANGELO</b> 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	65%	65%	Boa adesão.
<b>ATI SOCORRO (POMBAL)</b> 20 vagas por turma	TER/QUI	7H00	75%	130%	Altíssima adesão. Verificar a possibilidade de abrir outra turma.

Capacidade X Ocupação







**4. Resumo de dados do Semestre:**

	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO
<b>ATENDIMENTO - NÚCLEOS</b>	1214	2965	3604	4093	3463	3981
<b>ATENDIMENTO - ATI</b>	629	1613	1879	2156	1756	1926
<b>ATENDIMENTO - AULAS EXTRAS</b>	0	0	0	0	244	716
<b>AVALIAÇÕES</b>	79	36	31	99	47	84
<b>EVENTOS</b>	0	86	0	198	0	255
<b>TOTAL DE ATENDIMENTOS</b>	1922	4700	5514	6546	5510	6962

<b>INSCRITOS NÚCLEOS + ATI'S</b>	1316	1347	1334	1391	1440	1493
<b>ATIVOS NÚCLEOS + ATI'S</b>	786	1052	1023	1037	1035	1048
<b>INSCRITOS AFASTADOS</b>	11	6	15	21	27	16
<b>% INSCRITOS/ATIVOS</b>	60%	78%	78%	76%	73%	71%

<b>CAPACIDADE TOTAL</b>	3170	3170	3150	3150	3070	3070
<b>VAGAS OCUPADAS</b>	1316	1347	1334	1391	1440	1493
<b>% VAGAS OCUPADAS</b>	41,51%	42,49%	42,35%	44,16%	46,91%	48,63%
<b>VAGAS DISPONÍVEIS</b>	1854	1823	1816	1759	1630	1577

<b>META 97 TURMAS</b>	98	98	97	97	97	97
<b>% META</b>	101%	101%	100%	100%	100%	100%

<b>META - ATÉ 3130 munícipes</b>	1316	1347	1334	1391	1440	1493
<b>% META - aumento/mês</b>	3,78%	2,36%	-0,97%	4,27%	3,52%	3,68%

**5. Reavaliações 1º semestre de 2024**

Os dados coletados nas reavaliações foram: pressão arterial, frequência cardíaca, força de prensão manual, força de membros inferiores (teste de sentar e levantar), força de membros superiores (teste de flexão de cotovelo) e velocidade da caminhada (Teste TUG).



<b>Análise de Reavaliações</b>			
<b>Período</b>	18 à 29/03/24	17 à 28/06/24	<b>Comparativo</b>
<b>Número de avaliados</b>	709 munícipes (Corresponde a 53,14% do total de munícipes do programa no final de março)	805 munícipes (Corresponde a 53,91% do total de munícipes do programa no final de junho)	Houve um pequeno aumento na captação de munícipes avaliados de uma reavaliação para outra.
<b>Dados expressos em média</b> (mmHg - milímetros de mercúrio, bpm - batimentos por minuto, kgf - quilograma de força, rep - repetições, seg - segundos)			
<b>Pressão Sistólica</b>	133,45 mmHg	136,19 mmHg	<b>Aumento de 2%</b>
<b>Pressão Diastólica</b>	78,39 mmHg	79,20 mmHg	<b>Aumento de 1%</b>
<b>Frequência Cardíaca</b>	75,4 bpm	76,62 bpm	<b>Aumento de 1%</b>
<b>Prensão Manual</b>	23,12 kgf	23,45 kgf	<b>Aumento de 1%</b>
<b>Sentar e Levantar</b>	16,54 rep	16,08 rep	<b>Redução de 2%</b>
<b>Flexão de Cotovelo</b>	25,24 rep	25,54 rep	<b>Aumento de 1%</b>
<b>TUG</b>	6,71 seg	6,54 seg	<b>Redução de 2%</b>

Os resultados que apontam aumento da pressão arterial (tanto sistólica como diastólica), da frequência cardíaca e redução da força de membros inferiores são considerados resultados negativos, pois se esperava o contrário. No entanto, é preciso levar em consideração que o programa atende a população idosa, que já se encontra em declínio fisiológico em todos os parâmetros, além de ser uma população com muitas comorbidades.

No caso da pressão arterial e da frequência cardíaca, por exemplo, é de fundamental importância destacar que o programa já realiza um significativo trabalho de saúde pública ao aferir a cada 15 dias, visto que dessa maneira é possível acompanhar o quadro clínico das pessoas idosas, orientando-as em caso de descompensação a procurarem um médico, ou ainda, reforçando a utilização dos medicamentos de forma correta, pois foi relatado que muitos deles esquecem de utilizar o medicamento.



Com relação a redução da força de membros inferiores, é comum acontecer com a população idosa, devido aos efeitos fisiológicos do processo de envelhecimento. Dessa forma, o exercício físico colabora para que esse declínio de força seja menos acentuado, o que já é de grande valia e impacto na qualidade de vida deles. Aliás, não só a força, mas também todos os outros parâmetros (equilíbrio, massa muscular, flexibilidade, etc.) estão em declínio ao envelhecer, e o exercício pode amenizar todos esses efeitos, ainda que não seja capaz de revertê-los.

Ainda assim, nos resultados apresentados observamos que houve melhora de 3 parâmetros coletados:

- aumento de força de preensão manual, que está associada a morbimortalidade (sendo um biomarcador de saúde);
- aumento de força de membros superiores (teste de flexão de cotovelo) e
- redução no tempo da caminhada (teste TUG), o que impacta no equilíbrio dinâmico também.

Tais resultados positivos são extremamente significativos para esta população que se encontra em processo de declínio, como já enfatizado.

Outro fator importante a ser considerado é que o programa possui uma equipe técnica que analisa esses dados e altera os exercícios (circuito multicomponente) conforme os resultados, sempre atendendo as necessidades da população que atendem.

*\* A análise sobre as reavaliações físicas foi realizada pela Profª Juliane Batista, Mestre em Gerontologia e Pós-graduada em Fisiologia do Exercício Clínico, servidora da Secretaria de Esportes e Lazer. Foram utilizadas como base as informações registradas nas planilhas de acompanhamento do projeto:*

<https://drive.google.com/file/d/1RkxF8wE0RMeqBNIFE-5AENA85YzLsyIn/view?usp=drivesdk>

<https://drive.google.com/file/d/1ADngAihwAuu86e0qt-xV9yx9NU1ZU5Zy/view?usp=drivesdk>

*\*\*Os dados que compõem este relatório foram extraídos dos relatórios de atividades anexos às prestações de contas mensais do projeto. Segue abaixo o link da planilha de controle gerenciada pela SMEL:*

[https://mogisp-my.sharepoint.com/:x/g/personal/esporte\\_gab\\_mogidas cruzes\\_sp\\_gov\\_br/EZ\\_A-b-fBV9CgeA9ki3COwQBxFn81VnWU53xvaThV2NldQ?e=kPfJPM](https://mogisp-my.sharepoint.com/:x/g/personal/esporte_gab_mogidas cruzes_sp_gov_br/EZ_A-b-fBV9CgeA9ki3COwQBxFn81VnWU53xvaThV2NldQ?e=kPfJPM)



## 6. Conclusão:

O impacto social do projeto foi amplamente positivo, beneficiando significativamente os idosos de Mogi das Cruzes. A introdução de atividades específicas, como a dança terapêutica e as palestras, proporcionou uma abordagem multifacetada à promoção da qualidade de vida, atendendo às necessidades físicas e cognitivas da população idosa.

Ao longo dos meses, a taxa de ocupação das turmas mostrou um crescimento consistente: começando com uma alta de 3,78% em janeiro, seguido por um aumento de 2,36% em fevereiro, uma pequena queda de 0,97% em março, e retomando o crescimento com 4,27% em abril, 3,52% em maio e 3,68% em junho. Esses números evidenciam a eficácia do programa e sua crescente popularidade entre os idosos, demonstrando que as atividades propostas estão alinhadas com suas expectativas e necessidades.

Embora o desempenho geral dos núcleos e ATIs tenha sido satisfatório, com boas taxas de ocupação, há desafios que exigem ajustes contínuos. A avaliação da Comissão identificou a necessidade de campanhas de divulgação mais eficazes, especialmente em locais com baixa adesão. Além disso, nas regiões com alta demanda, devem considerar a abertura de novas turmas ou a redistribuição de horários para melhor atender os participantes.

Com relação a inatividade dos participantes (média 27% dos inscritos), é importante ressaltar que o público atendido (população idosa) possui inúmeras patologias e frequentemente necessitam de afastamentos médicos. Dessa forma, se justificam as ausências com consultas médicas, realização constante de exames, internações, procedimentos cirúrgicos (dos mais simples aos mais complexos) e mal estar rotineiros. Além disso, as pessoas idosas participantes do programa que estão com o atestado médico vencido (validade de 1 ano), têm 3 meses para providenciar um novo atestado e retornar às atividades, entretanto, não podem participar até que esse novo documento seja apresentado.

As ações de descentralização do Pró-Hiper foram fundamentais para ampliar o alcance das atividades físicas, permitindo que localidades que anteriormente não contavam com oferta regular de serviços para idosos fossem incluídas. Isso promoveu uma maior equidade no acesso às práticas de atividades físicas resultando em saúde preventiva dos atendidos.

Essa parceria entre a SMEL e o Instituto Sementinha foi altamente benéfica, impactando diretamente a saúde e o bem-estar dos participantes. Os eventos realizados, como o Carnaval, Dia Mundial da Atividade Física e a Festa Junina, contribuíram para uma maior integração social, além de aumentar a visibilidade do projeto na comunidade. As capacitações oferecidas aos profissionais fortaleceram o atendimento técnico e ampliaram as possibilidades de adaptação das atividades às



necessidades dos idosos, além de manter os profissionais atualizados e garantindo a melhoria constante da qualidade dos serviços prestados.

Em resumo, o projeto tem sido uma ferramenta poderosa para a promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos de Mogi das Cruzes. O cumprimento das metas foi aceitável, com turmas mantidas dentro da previsão e aumento da ocupação ao longo do semestre. A continuidade do programa, com os ajustes necessários, deve garantir que os benefícios sociais e de saúde se ampliem ainda mais, atingindo um número crescente de idosos e consolidando o projeto como uma importante política pública de promoção do envelhecimento ativo.

Mogi das Cruzes, 15 de outubro de 2024.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Erica Orrico'.

ERICA CRISTINA ORRICO

COSEMA Subvenções