



Saúde e Sociedade

ISSN: 0104-1290

saudesoc@usp.br

Universidade de São Paulo

Brasil

dos Santos, Creuza

Promoção da Saúde através da Prática de Atividade Física Lian Gong

Saúde e Sociedade, vol. 18, núm. 1, enero-marzo, 2009, p. 85

Universidade de São Paulo

São Paulo, Brasil

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=406263693045>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais artigos
- Home da revista no Redalyc



Sistema de Informação Científica

Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal

Projeto acadêmico sem fins lucrativos desenvolvido no âmbito da iniciativa Acesso Aberto

Promoção da Saúde através da Prática de Atividade Física Lian Gong

Creuza dos Santos

Secretaria Municipal de Saúde de Suzano. Diretoria de Atenção à Saúde

Endereço: Rua Baruel, 430, Centro, CEP 08675-902, Suzano, SP, Brasil.

E-mail: atencaoasaude@yahoo.com.br

A prática do Lian Gong, modalidade chinesa de atividade física, foi implantada no município de Suzano há mais de 10 anos, como estratégia de promoção da saúde com ênfase na prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, em especial hipertensão arterial e diabetes. Hoje, o município conta com 3 mil praticantes nos 40 grupos regulares espalhados por toda a cidade, que realizam a prática pelo menos três vezes por semana. Um questionário aplicado em 2005 revelou que os praticantes perceberam a redução no uso de medicação, a melhora do humor e do convívio social. A atividade tem a adesão principal de pessoas com idade acima de 50 anos e favorece o vínculo entre a Unidade Básica de Saúde e os idosos de sua área de abrangência.