

# Estudantes barbacenenses criam aplicativo para orientar pessoas nas academias de saúde



Oito alunos da unidade do SESI Barbacena estão se empenhando desde outubro de 2019 na criação de um aplicativo para ajudar a população a usar de maneira mais prazerosa e eficiente os aparelhos das academias de saúde do Brasil. São eles Daniel Calixto, Marina Boratto, Valentina Santos, João Vitor Viol, Bernardo Siqueira, Lucas Cardoso, João Marcos Andrade e Helena Galego. Todos estudam no Sesi Barbacena nas turmas de 7º e 9º ano do Ensino Fundamental e 1º e 2º do Ensino Médio.

Integrantes da equipe de competição Robozeus, os oito alunos trabalham no projeto desde o mês de outubro e se revezaram durante os dois meses de férias para trabalhar na criação do aplicativo que foi batizado como 'Saúde em Foco'. Durante o período de criação do aplicativo, a Robozeus contou com o apoio dos técnicos Adriano Capilupe e Fernanda Lana, da orientadora Denise Sabino Mendonça e da equipe do Sesi Barbacena.



A escola vem apoiando os alunos no projeto, e em novembro o Sesi promoveu em Contagem uma palestra com Renato de Castro, maior especialista latino-americano em Cidades Inteligentes, o qual explicou à equipe sobre a construção dos projetos do torneio da FLL- First Lego League , quando necessariamente todos devem estar em consonância com os ODS - Objetivos de Desenvolvimento Sustentável - da ONU. Dentre os 17 objetivos listados pela ONU, a equipe Robozeus escolheu o ODS Saúde e Bem Estar.

Após o retorno de Contagem, a equipe pesquisou sobre as doenças que mais atingiam a população brasileira, quando descobriram que, entre as cinco principais, a obesidade é um dos maiores problemas do país. Foi quando destrincharam as razões que levam a população à obesidade, e lá estava o sedentarismo como uma das principais causas. A pesquisa então girou em torno do sedentarismo, quando a equipe Robozeus, depois de entrevistas e pesquisas chegou à conclusão que a principal causa do sedentarismo são os hábitos de vida moderno que vem deixando a população mais acomodada, visando mais a produtividade que a perda calórica.

Daí foi um passo até chegar aos programas de saúde já existentes mantidos pelo governo federal, chegando até as academias de saúde públicas, e descobriram que a falta de manutenção, falta de uso e de instrução para uso destas academias eram fatores que afastavam o público do programa

que foi implantado em todo o país.

## **O APLICATIVO 'SAÚDE EM FOCO'**

O 'Meu Personal Digital' foi criado com a proposta de melhorar essas academias solucionando alguns problemas que elas tinham. Com a criação do aplicativo para smartphone a proposta é ajudar as pessoas na instrução das atividades na academia mostrando vídeos explicativos. Numa aba chamada Minha Academia as pessoas podem se conectar avisando o governo da necessidade de manutenção do equipamento. Além disso os integrantes da Robozeus acreditam que com a inclusão da tecnologia nas academias de saúde irão atrair novos públicos que irão usar as academias como um game físico, onde pontuam à medida que a frequentam e fazem seus exercícios, podendo colocar metas a serem vencidas. Em outra funcionalidade do aplicativo é formada uma comunidade dos usuários da academia onde eles podem marcar treinos, corridas e trocar informações de saúde.

Para a confecção do aplicativo foram consultados o professor de Educação Física e Vereador Nilton, a nutricionista Erica Seiberlich, a arquiteta Ana Kelly, o personal Claiton Soares, o Construtor civil Wesley Seila, dentre outros profissionais da área de saúde e bem estar e autoridades do setor de saúde.

O aplicativo será apresentado durante o Torneio de Robótica da FLL em Belo Horizonte nos dias 15 e 16 de Fevereiro. A grande inovação do 'Meu Personal Digital' é otimizar as academias da saúde ao máximo para que elas sejam bem aproveitadas e bem cuidadas.

## **SOBRE O SEDENTARISMO**

- 47% DA população brasileira é sedentária;
- 4º maior fator de mortalidade no mundo
- 3 em cada 100 mortes foi em decorrência do sedentarismo em 2019.
- 488 milhões são gastos com tratamento de doenças relacionadas ao sedentarismo, por ano no Brasil

## **Consequências do Sedentarismo**

Hipertensão, diabétis, obesidade, baixa alta estima, perda de força física, morte súbita.

*Com informações: Kátia Cilene*