RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Segunda-Feira, 23 de Novembro de 2026

Programa Escola da Comunidade Transforma Vidas: Combate ao Sedentarismo e Promoção de Saúde Mental em Cuiabá

Iniciativa municipal oferece atividades esportivas gratuitas e promove bem-estar em escolas públicas durante período noturno

A Escola Municipal de Educação Básica Tereza Benguela, localizada no bairro Jardim Comodoro, consolidou-se como um espaço de transformação social através do Programa Escola da Comunidade. Executado pela Prefeitura de Cuiabá via Secretaria Municipal de Esporte e Lazer, a iniciativa disponibiliza atividades físicas e de saúde nos períodos sem aulas, reforçando a conexão entre instituição educacional e população local.

Centenas de frequentadores participam regularmente de sessões de treinamento funcional, além de modalidades direcionadas ao público jovem, como vôlei e futsal. A proposta busca estimular a vida ativa, estabelecer condutas saudáveis e garantir um ambiente seguro de socialização para residentes de variadas regiões urbanas.

Márcio Santos Pinheiro, gestor da EMEB Tereza Benguela, enfatiza a relevância transformadora do programa na realidade institucional e comunitária. "Este projeto representou um grande diferencial para nossos moradores. As pessoas frequentam a escola buscando exercitar-se, conversar, fortalecer laços e investir em saúde. A unidade evoluiu para um verdadeiro centro comunitário", explicou.

Conforme o gestor, a escola disponibiliza treinamento funcional de segunda a sexta, entre 18h e 20h30, complementado pelo projeto Vôlei Kids em múltiplos dias e aulas de futsal aos sábados, atendendo crianças e adolescentes de 5 a 16 anos.

Os impactos positivos já são visíveis entre os participantes. "Recebemos relatos frequentes sobre melhorias no repouso noturno, disposição geral e qualidade existencial. Aproximadamente 50 a 60 mulheres comparecem regularmente. Enquanto a maioria reside no entorno, também acolhemos participantes de localidades mais afastadas. Existem casos notáveis de pessoas que percorrem 40 minutos a pé para usufruir das atividades", destacou o diretor.

Maria Lúcia da Silva Godói, agente de saúde comunitária, conheceu o programa através da associação local e integrou-se às atividades durante a reabilitação de tratamento oncológico. "Após a intervenção cirúrgica, apresentava limitações motoras significativas. A profissional orientava-me sobre respeitar minhas capacidades. Em apenas 30 dias consegui restaurar a mobilidade das extremidades inferiores e atualmente experimento bem-estar notável. Trata-se de um empreendimento excepcional que a comunidade almeja ver perpetuado", compartilhou.

Maria Lúcia ressalta que o funcionamento noturno possibilita a incorporação de mulheres, genitoras, avós e profissionais impossibilitados de exercitar-se nos períodos diurnos.

Elisângela Oliveira Rosa Conceição, profissional doméstica, também descobriu no programa uma alternativa para revitalizar sua condição orgânica. Iniciou as aulas após sugestão de educadora local, experimentando transformações corporais e emocionais. "Mantinha uma rotina sedentária e alcancei redução ponderal nos meses subsequentes. Além disso, o programa foi fundamental para mitigar minha ansiedade e sintomas depressivos. Numerosas mulheres carecem de recursos para frequentar academias particulares e identificam neste espaço uma chance gratuita de preservação da saúde", relatou.

Elisângela desloca-se aproximadamente 40 minutos a pé para acessar as aulas, evidenciando o impacto do programa entre habitantes de diversas zonas municipais.

Perspectivas de Crescimento

O Programa Escola da Comunidade integra a política municipal de democratização do acesso às instituições educacionais para além do turno letivo convencional, ofertando práticas esportivas, recreativas e de educação sanitária. Presentemente, aproximadamente 2 mil indivíduos beneficiam-se da proposta, com previsão de amplificação para 23 escolas municipais até o final de 2026.

Mediante a disseminação da prática desportiva, o programa fortalece identidade comunitária, maximiza ocupação de equipamentos públicos e redefine as escolas como ambientes de convivência multifuncional e integrada.