

Ipsemg oferece atividades físicas a beneficiário em tratamento oncológico

Qui 25 janeiro

Ação do [Instituto de Previdência dos Servidores do Estado de Minas Gerais \(Ipsemg\)](#), o projeto “Vida e Movimento” oferece atividades físicas sob orientação de fisioterapeutas aos beneficiários em tratamento oncológico.

O grupo de exercícios ocorre às quartas e sextas-feiras, às 14h, no Centro de Especialidades médicas (CEM), em Belo Horizonte.

Idealizado pela fisioterapeuta do Ipsemg, Ana Silvia Diniz Makluf, o projeto teve início em 2023 e surgiu frente à necessidade de melhorar a qualidade de vida dos pacientes em tratamento, conforme destaca a fisioterapeuta.

“O projeto é essencial para melhorar a capacidade cardiorrespiratória dos pacientes em tratamento de quimioterapia, radioterapia ou terapias hormonais, e ao mesmo tempo serve para sensibilizar os pacientes sobre a importância da prática de exercícios físicos regulares como uma ferramenta para controle dos sintomas do tratamento oncológico”, salientou.

De acordo com a fisioterapeuta, o grupo de exercício é exclusivo para pacientes que estão em tratamento, independentemente do tipo, localização do tumor ou fase do processo terapêutico em que o paciente se encontra. A prática de exercício é monitorada por um cardiofrequencímetro, o que certifica que a atividade seja viável e segura.

Maria Thelma Pinheiro, 67 anos, trata de melanoma há seis anos no instituto. Segundo ela, o projeto Vida e Movimento é essencial para a melhora durante todo o tratamento. “Eu me sinto bem melhor toda vez que venho ao grupo e executo os exercícios. É um programa que todos deveriam conhecer, pois é muito benéfico e nos ajuda muito”, destacou.

Como participar

Para participar das atividades, o paciente deve procurar a fisioterapeuta Ana Silvia Makluf no CEM ou pelo telefone (31) 3247-3136, e agendar a avaliação.

A busca pelo serviço independe do encaminhamento médico. Também há pacientes que recebem indicação médica para realização da atividade física.

Ao iniciar a participação no grupo de exercícios, o paciente assiste a uma palestra sobre a importância da atividade física durante o tratamento oncológico e será acompanhado por três meses.

Ao final será reavaliado pela fisioterapeuta e encorajado a se manter ativo.