

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA CORREDORES DE RUA: UMA AÇÃO DE EXTENSÃO DA LIGA ACADÊMICA DE FISIOTERAPIA CARDIOVASCULAR DA UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA** Juliana Gomes Nascimento, Sâmara Oliveira Bento, Lorena Brito de Lima, Amanda Vaz Teixeira, Gustavo da Silva Miranda

**Introdução:** As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte no Brasil, mas sabe-se que a modificação de hábitos de vida, redução de peso corporal através de atividade física traz efeitos benéficos, alterando os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares. As medidas educativas que estimulam as mudanças de estilo de vida e hábitos alimentares são insuficientes, pois a população não tem acesso amplo às informações sobre fatores de risco cardiovascular ou as medidas preventivas dessas doenças, por isso a educação em saúde é tão relevante para o conhecimento dos riscos à saúde a que estão sendo expostos, considerando seus hábitos de vida. **Objetivo:** O objetivo primário foi a conscientização da população para hábitos saudáveis e estímulo a hábitos saudáveis por meio de panfleto confeccionado pelos extensionistas da Liga Acadêmica de Fisioterapia Cardiovascular (LIFICAR). E como objetivo secundário a aproximação dos acadêmicos a um ambiente prático aprendido em sala de aula, com atividades atrativas para os corredores como a liberação miofascial e a aferição de pressão arterial. **Metodologia:** Foram realizados três tipos de intervenções, a entrega de material educativo, liberação miofascial e aferição da pressão arterial, participaram sete alunos da graduação em fisioterapia, supervisionados por uma professora. Não houve critérios de inclusão ou exclusão, por se tratar de uma ação comunitária. **Resultados:** Ao total foram realizados 182 atendimentos, sendo 57 aferições de pressão arterial, 25 liberações miofasciais e entregue 100 cópias de material educativo. **Considerações finais:** A ação teve um feedback positivo dos participantes após a realização das atividades propostas, mesmo em se tratando de intervenções breves e pontuais. A extensão proporcionou a aproximação comunidade/graduação, gerando conhecimento e experiência para ambos. E os estudantes puderam vivenciar e aplicar aprendizados adquiridos na Universidade.

*PALAVRAS-CHAVE*

Extensão. Educação em Saúde. Cardiovascular.