

**Título do Projeto**

Educação Física Eficiente nas Intervenções para Otimizar a Saúde (EFEITOS)

**Coordenador:** Cezar Grontowski Ribeiro

**Colaboradores:** Rafael Haeffner

**Descrição**

A adolescência é um período primordial para o desenvolvimento de comportamentos que serão permanentes no restante da vida, devendo ser observada como um período de amadurecimento e não como de “transição”. A promoção da saúde do adolescente no país ainda precisa avançar, pois apesar da existência de políticas públicas, poucas iniciativas fragmentadas são realizadas, a maioria em ações de curto prazo. Diante disso, o programa EFEITOS pretende criar um programa com material didático e estrutura de implementação adequada para auxiliar nas tomadas de decisões positivas que possam ser mantidas ao longo da vida pelos adolescentes, oportunizando qualidade de vida e saúde, a partir dos indicadores analisados. O estudo tem como base a Educação Física Escolar, a Atenção Primária à Saúde (APS) e instituições de atendimento ao adolescente.

**Objetivos**

O estudo pretende desenvolver, validar e implementar um programa de promoção da saúde de adolescentes entre 12 e 18 anos, com ou sem morbidades, para ser implementado nos ambientes escolares, Atenção Primária à Saúde e instituições de atendimento ao adolescente, auxiliando nas tomadas de decisão positivas relacionadas com a atividade física, comportamento sedentário, comportamento alimentar, qualidade de vida, tempo de tela e qualidade do sono.