



00:00 - 23:59

MÚSICA, ESPORTE E NOTÍCIAMÚSICA, ESPORTE E NOTÍCIA

Offline



MENU

- [Página Inicial](#)
- [Contato](#)
- [Notícias](#)
- [Vídeos](#)
- [Placar ao vivo](#)
- [Recados](#)
- [Peça sua música](#)
- [Chat](#)
- [Álbuns](#)

MENU Fechar



ÚLTIMAS NOTÍCIAS

[Na Câmara de Maringá, proposta busca tornar radares de trânsito mais visíveis à população](#) [UEM publica resultado da 1ª etapa de vagas remanescentes para 2026](#) [Rede municipal de ensino de Maringá avança na alfabetização e atinge 7,3 em índice de fluência leitora](#) [Prefeitura realiza audiências públicas para ouvir comunidade sobre a criação de eixos de comércio e serviços em Maringá e Floriano](#) [Prefeitura de Maringá orienta contribuintes a regularizar dívidas](#)
[Na Câmara de Maringá, proposta busca tornar radares de trânsito mais visíveis à população](#) [UEM publica resultado da 1ª etapa de vagas remanescentes para 2026](#) [Rede municipal de ensino de Maringá avança na alfabetização e atinge 7,3 em índice de fluência leitora](#) [Prefeitura realiza audiências públicas para ouvir comunidade sobre a criação de eixos de comércio e serviços em Maringá e Floriano](#) [Prefeitura de Maringá orienta contribuintes a regularizar dívidas](#)

[Página Inicial](#) / [Notícias](#) / [Notícias de Maringá](#) / [Academias universitárias unem formação e promoção à saúde na UEM](#)

Academias universitárias unem formação e promoção à saúde na UEM



Por **Administrador**

Publicado em 15/02/2026 08:19

[Notícias de Maringá](#)



A Academia Escola da Universidade Estadual de Maringá (UEM) é um dos principais projetos de extensão da instituição. Vinculado ao Departamento de Educação Física (DEF), o espaço reflete diretamente a missão da universidade pública de promover ensino, pesquisa e ações em benefício da comunidade. Funcionalmente inserida no Centro de Excelência em Atividades Físicas (CEAF) - núcleo que integra serviços como Academia Escola, Piscina Escola, Escola de Artes Marciais e Ginástica Artística - a academia representa uma ponte entre a prática acadêmica e a prestação de serviços à sociedade de Maringá e região.

A trajetória da academia está diretamente ligada ao histórico de atuação extensionista da Coordenadoria de Desporto e Recreação (CDR), órgão do DEF criado em 1977 para promover atividades esportivas, recreativas e de promoção à saúde no âmbito universitário. Ao longo das décadas, a CDR consolidou uma gama de programas que atendem desde crianças e adolescentes em escolinhas esportivas até adultos de todas as idades, ampliando o elo entre a comunidade e a instituição.

A Academia Escola, localizada no Bloco QE-03 do câmpus sede em Maringá, funciona com atendimento ao público de segunda a sexta-feira, das 7h às 21h, e aos sábados, das 9h às 12h. O espaço está estrategicamente localizado próximo às quadras poliesportivas e ao Restaurante Universitário (RU), o que facilita o acesso de estudantes, servidores da UEM e da comunidade externa. A gestão é compartilhada entre professores coordenadores, técnicos administrativos e acadêmicos de Educação Física em estágio supervisionado, garantindo a integração entre formação pedagógica e serviços à população.

Dentre as atividades oferecidas pela academia estão aulas de musculação e ginástica, modalidades orientadas por profissionais com registro no Conselho Regional de Educação Física (CREF) e supervisionadas por docentes. Cada participante passa por avaliação física inicial antes de iniciar as atividades regulares. Os procedimentos iniciais incluem aferições de pressão arterial, frequência cardíaca, peso, altura, índice de massa corporal (IMC), composição corporal e medidas de circunferência, com o objetivo de orientar um programa de treino seguro.

Segundo o agente universitário da Coordenadoria de Desportos e Recreação e coordenador administrativo da Academia-Escola, Ricardo Henrique Bim, o diferencial do CEAF está na proximidade entre equipe e usuários. “Temos professores formados, habilitados com o CREF, que contam com o auxílio dos alunos da Educação Física, por meio de estágio remunerado. O diferencial que buscamos é um atendimento bastante próximo dos clientes, com muita orientação, instrução e correção, para que os alunos tenham um treino seguro e eficiente”, destaca.

A estrutura contempla ampla variedade de equipamentos de musculação, aparelhos para exercícios aeróbicos e estações voltadas ao trabalho de resistência, mobilidade e flexibilidade. Além do uso livre orientado dos equipamentos, a academia oferece aulas específicas ao longo da semana, como atividades de mobilidade, alongamento e modalidades coletivas. “A academia tem várias outras atividades, além dos equipamentos. Temos aulas de mobilidade, de dança, entre outras. Funciona como uma academia convencional, mas com a preocupação da formação dos estudantes da UEM”, explicou Bim.

Podem participar das atividades tanto membros da comunidade interna da UEM, como estudantes, professores e técnicos, quanto pessoas da comunidade externa com 15 anos ou mais. Para menores de idade, a matrícula só é efetivada com a presença e autorização de um responsável no ato da inscrição.

Ao longo dos últimos anos, a UEM ampliou a oferta de atividades no CEAF, incluindo outras modalidades esportivas e de promoção de saúde. Projetos como a Piscina Escola com aulas de natação e hidroginástica, e a Escola de Ginástica Artística, que atende crianças e adolescentes com turmas específicas, demonstram essa diversidade. Ambos os serviços são administrados pela CDR e contam com a participação de alunos de licenciatura em Educação Física em atividades práticas supervisionadas.

Essas iniciativas refletem o compromisso da universidade em responder às demandas sociais por programas esportivos, de bem-estar e qualificação profissional. O curso de Educação Física da UEM, um dos mais tradicionais da instituição, completa décadas de contribuição à formação de professores e profissionais da área, muitos dos quais atuam hoje diretamente em projetos como a Academia Escola e demais ações extensionistas que beneficiam milhares de pessoas da região.

Para os acadêmicos de Educação Física, o espaço representa um laboratório prático de formação profissional. Para o acadêmico do curso de Educação Física, Marcos Antônio, estagiário do projeto, o ingresso significou uma mudança significativa em sua trajetória acadêmica, isso porque ingressou na academia ainda na licenciatura e, posteriormente, migrou para o bacharelado.

“Quando eu entrei aqui, eu não tinha muita experiência com academia. Para mim foi muito importante ter essa vivência para aprender a fazer avaliação, prescrever treino, corrigir exercícios, entender a parte de biomecânica. Quem quer aprender e se dedicar consegue trabalhar muito bem aqui”, afirmou.

Catarina Sterzek, graduanda em Engenharia de Alimentos, é uma das alunas da Academia-Escola. Para ela, estar ali significa muito mais do que só praticar atividades físicas. “As pessoas são muito receptivas, tanto a supervisora quanto a coordenação e os próprios estagiários. É tudo muito mais próximo. A gente acaba tendo contato com alunos de outras graduações, faz amizade com os instrutores, que também são estudantes da UEM. É confortável frequentar aqui”, relata.

Promoção de saúde e bem-estar para além do campus sede

No Câmpus Regional do Vale do Ivaí, em Ivaiporã, a atuação extensionista da UEM na promoção da saúde e bem-estar não é diferente. Parte da estrutura física do espaço abriga a Academia da Saúde, projeto estruturado em parceria com a Prefeitura Municipal de Ivaiporã e a Secretaria Municipal de Saúde. A iniciativa foi oficialmente inaugurada em fevereiro de 2025 e integra a política local de enfrentamento às doenças crônicas não transmissíveis, aliando atendimento supervisionado à formação acadêmica.

Diferentemente do modelo tradicional de academia aberta ao público por adesão espontânea, a Academia da Saúde funciona como equipamento de apoio à rede municipal de atenção básica. O ingresso dos participantes ocorre mediante encaminhamento das Unidades Básicas de Saúde (UBSs), após avaliação médica. O público prioritário é composto por pacientes com diagnóstico de hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade e outras condições associadas ao risco cardiovascular, que passam a contar com acompanhamento sistemático e prescrição individualizada de exercícios físicos.

A estrutura física e os equipamentos foram viabilizados pela administração municipal, enquanto a universidade responde pela coordenação técnica. Professores do curso de Educação Física supervisionam as atividades desenvolvidas por acadêmicos bolsistas e estagiários, que realizam avaliações físicas, monitoramento de pressão arterial, organização das rotinas de treino e orientação contínua dos usuários. O modelo implementado impacta tanto na ampliação de oferta de serviços especializados à população quanto no fortalecimento da formação prática dos estudantes, que atuam em contexto real de promoção da saúde.

Desde o início das atividades, o projeto mantém acompanhamento regular de dezenas de pacientes encaminhados pela rede pública. Os atendimentos incluem sessões de treinamento de força, exercícios aeróbicos adaptados e orientações para continuidade das práticas fora do espaço físico da academia, reforçando a importância da mudança de hábitos como estratégia terapêutica

de longo prazo. O controle de indicadores como frequência cardíaca, pressão arterial e evolução da composição corporal integra a rotina de acompanhamento.

(João Luiz Lazaretti/Comunicação UEM)

Compartilhe essa notícia



Comentários

Novo comentário Fechar

Nome:

E-mail:

Mensagem:

0/650



Não sou um robô

reCAPTCHA
Privacidade - Termos

Comentário enviado com sucesso!

Mais notícias



[Notícias de Maringá](#)

[Notícias de Maringá](#)

[19/02/2026](#)

[Na Câmara de Maringá, proposta busca tornar radares de trânsito mais visíveis à população](#)



[Notícias de Maringá](#)

[Notícias de Maringá](#)

[19/02/2026](#)

[UEM publica resultado da 1ª etapa de vagas remanescentes para 2026](#)



[Notícias de Maringá](#)

[Notícias de Maringá](#)

[19/02/2026](#)

[Rede municipal de ensino de Maringá avança na alfabetização e atinge 7,3 em índice de fluência leitora](#)



[Notícias de Maringá](#)

[Notícias de Maringá](#)

[19/02/2026](#)

[Prefeitura realiza audiências públicas para ouvir comunidade sobre a criação de eixos de comércio e serviços em Maringá](#)



[Notícias de Maringá](#)

[Notícias de Maringá](#)

[19/02/2026](#)

[Prefeitura de Maringá orienta contribuintes a regularizar dívidas](#)



Rádio Maringá - Portal do Esporte

[Página Inicial](#) [Álbuns](#) [Vídeos](#) [Recados](#) [Notícias](#) [Contato](#) [Chat](#) [Placar ao vivo](#)

Todos os direitos reservados.

Com a tecnologia  brlogic