

Devolutiva em pesquisa: A caminhada biocultural, saúde e natureza nos caminhos de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais

Amanda Roberta Corrado^{1,*}, Jacyra Aparecida Meireles Rosa², Siomara Aparecida Silva³, Aisllan Diego de Assis⁴

¹Bolsista Fapemig, Instituto Saberes do Território, 35400-216, Ouro Preto/MG, Brasil

²Coordenadora Pedagógica. Centro Educacional Padre Ângelo, 35400-000, Ouro Preto/MG, Brasil

³Docente na Escola de Educação Física. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

⁴Docente na Escola de Medicina. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

* Autor correspondente: E-mail: amandacorrado@gmail.com

Submetido em: 20 mar. 2024. Aceito em: 22 jul. 2024

Resumo

Os impactos na saúde em territórios com atividade de mineração industrial são multidimensionais e complexos, requerendo uma abordagem transdisciplinar para sua mensuração. O distrito de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais, vivencia os impactos do rompimento da barragem de Fundão ocorrido em 2015 e do processo de descomissionamento da barragem de Doutor que vem acontecendo desde 2020. Neste território está em curso uma pesquisa, que objetiva sistematizar dados atualizados e concretos sobre a situação e a necessidade de saúde, tendo como referencial teórico a saúde coletiva. Neste ensaio, partilhamos a experiência e as reflexões de construir e realizar a Caminhada Biocultural como uma devolutiva do processo de pesquisa desse projeto. A ação desdobrou-se nos objetivos: 1) promover atividades de bem-estar e lazer e 2) criar um espaço de informação, discussão e reflexão sobre os temas saúde, natureza e patrimônio biocultural. A devolutiva no formato da Caminhada Biocultural contribuiu para que a comunidade e a equipe de pesquisa do projeto construíssem uma perspectiva conjunta do conceito de saúde como garantia de direito a um território saudável, sustentável e solidário.

Palavras-chave: Pesquisa Qualitativa Em Saúde, Saúde Coletiva, Metodologia.

Abstract

Return in research: The biocultural walk, health and nature on the paths of Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais

The health impacts in territories with industrial mining activity are multidimensional and complex, requiring a transdisciplinary approach to measure them. The district of Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais, is experiencing the impacts of the collapse of the Fundão dam that occurred in 2015 and the decommissioning process of the Doutor dam that has been taking place since 2020. Research is underway in this territory, which aims to systematize updated and concrete data on the health situation and needs, using collective health as a theoretical framework. In this essay, we share the experience and reflections of building and carrying out the Biocultural Walk as a feedback from the research process of this project. The action had the following

objectives: 1) promote well-being and leisure activities and 2) create a space for information, discussion and reflection on the topics of health, nature and biocultural heritage. Feedback in the format of the Biocultural Walk helped the community and the project's research team build a joint perspective on the concept of health as a guarantee of the right to a healthy, sustainable and supportive territory.

Keywords: Qualitative Health Research, Collective Health, Methodology.

Introdução

A pesquisa qualitativa fornece uma compreensão mais completa e contextualizada dos fenômenos de saúde, fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes e sensíveis às realidades das populações. Ela também permite uma visão mais holística da saúde e do bem-estar, considerando fatores sociais, culturais, econômicos e ambientais, essenciais para se pensar a saúde do território. O desafio para a pesquisa qualitativa na contemporaneidade, apontado também por Bosi (2012), como uma inovação, está em integrar a dimensão da inter(trans)culturalidade nos processos do pesquisar e assim incorporar outras formas de saberes na pesquisa

No contexto do projeto de pesquisa “Estudo aprofundado da situação e necessidades em saúde da comunidade de Antônio Pereira, município de Ouro Preto, Minas Gerais”, integra o conjunto das 13 ações do programa de extensão com interface com a pesquisa “De mãos dadas com Antônio Pereira: acolhimento e empoderamento dos moradores e concretização dos objetivos do desenvolvimento sustentável do distrito de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais”. Essa abordagem permite explorar as percepções, sentimentos e experiências das moradoras e moradores em relação à saúde, aos processos de adoecimento e ao sistema de saúde do território, ajudando a compreender como os indivíduos vivenciam e lidam com as condições de

saúde do território que é impactado pelas atividades da mineração.

Para que a pesquisa qualitativa consiga atingir profundidade e riqueza de dados, demanda-se participação comunitária ativa e informada juntamente com a incorporação das formas de saberes locais. A participação informada é um conceito que se refere ao envolvimento ativo e consciente das pessoas sobre a decisão de participar de uma pesquisa científica. Nesse sentido o Termo de Livre Esclarecimento (TCLE) é o documental que garante a informação detalhada da pesquisa, os riscos e benefícios, a confidencialidade, a voluntariedade, os direitos dos participantes e os contatos para dúvidas emergências. Contudo, como garantia da participação informada podemos entender ações propostas no processo de pesquisa que visam o acesso a informações relevantes e compreensíveis sobre os assuntos transversais a pesquisa para que a comunidade tenha acesso a informações precisas, construam novas perspectivas e tenham a oportunidade de expressar suas opiniões e contribuições de forma significativa. Essas ações promovidas ao longo da pesquisa para garantir a participação informada podem ser também espaços para a construção do conhecimento a partir dos diferentes saberes.

Compreende-se, portanto, que ações ao longo do projeto de pesquisa construídas para atender os aspectos apontados, enquadram-se como devolutivas da pesquisa e integra-se as condições éticas do pesquisar. Contudo, as devolutivas têm sido uma das condições ética mais

negligenciadas na pesquisa (Rocha; Silva; Dellazzana-Zanon, 2022). As modalidades de devolutiva relaciona-se com o tipo de pesquisa, o referencial teórico e as metodologias adotadas. Os formatos mais presentes de devolutivas são cartilhas, vídeos e material didático com a sistematização dos dados coletados, entregue a comunidade ao final da pesquisa (Cook et al., 2019). Na contemporaneidade, pesquisas tem inovado e as devolutivas estão integradas as ações desenvolvidas junto à comunidade ao longo do processo de pesquisar, articuladas para promover autonomia e emancipação da comunidade, a exemplo dos estudos em etnobotânica participativa em comunidades de remanescentes de quilombola no litoral norte paulista (Sauini et al., 2020).

Neste contexto e na perspectiva de pesquisa-intervenção, onde o conhecimento é produzido a partir da própria ação junto com coletivos, grupos e comunidades, e não apenas aplicado posteriormente, realizamos como um exercício ético-político do processo de pesquisar a Caminhada Biocultural da Estrada da Purificação: Saúde e Natureza nos caminhos de Antônio Pereira. Os objetivos dessa atividade foram: 1) promover bem-estar e lazer e 2) criar um espaço para a informação, discussão e reflexão sobre temas como saúde, natureza e patrimônio biocultural. Essa abordagem interdisciplinar, apoiada pelos diferentes saberes (Chassot; Silva, 2018; Paulon, 2005; Rocha; Aguiar, 2003), visa integrar a produção de conhecimento ao processo de pesquisa de maneira transversal. Neste ensaio compartilhamos a experiência a as reflexões da caminhada como uma ação de devolutiva no processo de pesquisa.

Cenários, Vivências e Construções

Antônio Pereira, distrito de Ouro Preto, é um território de abundante riqueza natural, cercado pela Serra Geral e Serra de Antônio Pereira. Dentro desse cenário está a Estrada da Purificação, um entroncamento da Estrada Real que liga o Morro São João ao povoado de Antônio Pereira. Historicamente, esse percurso tem sido utilizado para peregrinações durante a Festa de Nossa Senhora da Lapa, reunindo romeiros de toda a região. Esse trajeto é o mais curto entre a sede de Ouro Preto e o distrito de Antônio Pereira, sendo seu território fronteiro ao município de Mariana. Devido à proximidade e à facilidade de acesso a serviços públicos de mobilidade, muitos moradores de Antônio Pereira utilizam esses serviços em Mariana, especialmente para saúde e educação.

Em 2023, a estrada passou por um processo de pavimentação, financiado como uma das ações condicionantes ambientais em referência à Licença de Operação Corretiva, necessária para o retorno das atividades da Empresa Samarco S/A, pós desastre da barragem de Fundão. A obra foi concluída e entregue no dia 17 de outubro de 2023. Com o retorno do funcionamento da estrada, o Decreto 8.047, de 24 de outubro de 2023, restringe a passagem a veículos pequenos, proibindo o tráfego de veículos das empresas mineradoras e de suas terceirizadas. Devido às características da estrada e à baixa capacidade de diálogo do poder público com a empresa de transporte que opera no município de Ouro Preto, não há uma linha direta de transporte coletivo para o distrito. Assim, a pavimentação da Estrada da Purificação atende parcialmente à questão de acesso ao distrito, mas para garantir o acesso à cidade como direito das moradoras e moradores, é necessário atender à demanda de mobilidade pública do distrito

Distrito histórico, Antônio Pereira integra a história e memória do saber e fazer do garimpo tradicional, também conhecido por faiscação (Eschwege, 1833), assim como o da atividade agrícola para produção de alimentos para a então capital Ouro Preto, conforme observado nos escritos da carta de sesmaria concedida por Brás Baltasar da Silveira a Antônio Pereira Machado, pioneiro no processo de colonização na região do distrito, datada de 26 de maio de 1717.

Atualmente, o território é marcado pelos impactos da atividade econômica da mineração industrial e dos desdobramentos advindos do rompimento da barragem de Fundão, em novembro de 2015, e da barragem de Brumadinho, em 2019. Após esses dois eventos, houve alterações na legislação nacional de segurança em barragens (Brasil, 2020). Essas alterações levaram as mineradoras responsáveis pelas barragens a adotarem medidas para segurança das comunidades de acordo com a nova legislação.

Como deliberações atendendo as novas medidas de segurança no território de Antônio Pereira destacamos: a remoção das casas em áreas de alto-salvamento, implementação de rotas de fuga, implementação de placas, treinamento da comunidade, implementação de sistema de sirenes que são testadas mensalmente e de todo processo de descomissionamento da barragem de Doutor. Todas essas medidas passaram a ser vivenciadas pela comunidade e resultaram em impactos diretos aos habitantes de Antônio Pereira, onde está construída com a técnica à montante a barragem de Doutor da Vale S/A, fronteira à região urbanizada do distrito.

Assim, os eventos decorrentes da atividade de mineração, somados ao isolamento territorial e ao investimento sem planejamento do poder

público e privado, aprofundam as desigualdades e afetam a saúde individual e coletiva do território

As narrativas do viver, habitar e resistir

Iniciamos nossa vivência no distrito de Antônio Pereira a partir da programação das atividades de territorialização do Programa de Mão Dadas com Antônio Pereira da Universidade Federal de Ouro Preto e da Universidade Federal de Viçosa. As atividades de territorialização foram pensadas para iniciar o processo de diálogo e de vínculo entre a equipe da universidade com a comunidade, de modo que as associações, movimentos sociais e grupos comunitários apresentassem seus trabalhos, lutas e os desafios sentidos na comunidade. Além desta atividade, ao longo do período de cinco meses de vivências no território do distrito de Antônio Pereira o Programa de Mãos Dadas com Antônio Pereira oportunizou diferentes espaços para a escuta das narrativas das moradoras e dos moradores do distrito.

A partir dessas vivências e das escutas das vozes de moradoras e moradores nesses espaços que encontramos narrativas da relação da comunidade com as áreas verdes da Serra Geral que emolduram a paisagem de Antônio Pereira, juntamente com a beleza e imponência do Pico do Frazão. As histórias e memórias dos quintais para o cuidado da saúde da família e da vizinhança, seja através dos saberes sobre as plantas cultivadas ou na relação de bem-estar com a natureza estabelecida nesse espaço de cultivo. O avanço da primeira fase da pesquisa do estudo das necessidades e situação da saúde da comunidade de Antônio Pereira, foram revelando dados sobre o alto índice de hipertensão, diabetes e de saúde mental desta população.

Diante desses desdobramentos da pesquisa do estudo das necessidades e situação de saúde da comunidade de Antônio Pereira, juntamente

com a equipe do Projeto de Extensão Ginástica e Caminhada de Antônio Pereira iniciamos a construção da proposta da Caminhada Biocultural, com o objetivo de promover atividade de bem-estar e lazer e criar um espaço de informação, discussão e reflexão sobre os temas saúde, natureza e patrimônio biocultural, através de uma atividade que se caracterizaria como um devolutiva da pesquisa em andamento.

A articulação envolveu professores, técnicos e estudantes da UFOP e IFMG, profissionais da saúde, membros da comunidade, associações, grupos e parceiros do programa de extensão “De mãos dadas com Antônio Pereira: acolhimento e empoderamento dos moradores e concretização dos objetivos do desenvolvimento sustentável do distrito de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais”. Foram realizadas rodas de formação e reuniões a fim de organizar e produzir espaços, decisões, e a criação e realização do evento. Esse processo de articulação contou com a etapa de construção da identidade visual do evento, do formulário eletrônico de inscrição, da programação das estações dos saberes e do almoço de confraternização, conforme detalhado a seguir:

Construção da identidade visual da caminhada

A identidade visual da caminhada, trouxemos o elemento do espiral apresentando o caminho a ser percorrido, nele se apresenta formas de pessoas em diferentes tamanhos e cores caminhando. A ideia da cabeça com flores para simbolizar as diferentes conexões entre saberes, natureza, cultura e saúde, inspirado a partir dos trabalhos da artesã Conceição Reis participante do grupo do Programa de Mãos dadas com Antônio Pereira.



Figura 1. Logomarca da Caminhada Biocultural, 2023.

Fonte: acervo do projeto de extensão.

Formulário eletrônico de inscrição

Elaborou-se um formulário eletrônico de inscrição elencando perguntas que subsidiasse a equipe de atendimento e emergência visando a segurança dos participantes. No espaço do formulário foram disponibilizadas orientações sobre alimentação, vestimenta e proteção solar, conforme formulário no anexo 2.



Figura 2. Banner com o QRCode do formulário de inscrição, 2023.

Fonte: acervo do projeto de extensão.

As estações dos saberes e a construção de material didático

As estações dos saberes foram organizadas em 3 paradas ao longo do percurso de 7 quilômetros e meio, como compartilhamento de saberes e reflexões sobre assuntos que atravessam a temática sobre as necessidades e situação da saúde da comunidade de Antônio Pereira. Foram apresentadas as seguintes temáticas:

Estação 1 - Saúde e Natureza: estimular reflexões contemporâneas sobre a Natureza como

promotora de saúde em territórios saudáveis e sustentáveis.

Estação 2 - A abundância e conservação: apresentar os aspectos históricos e a importância da estrada da Purificação dentro dos caminhos da Estrada Real para as coletas botânicas que foram realizadas no século XIX e a abundância da flora do Pico do Frazão, importante localidade do território onde recentemente recebe a pesquisa da equipe de botânica da Universidade Federal de Ouro Preto.



Figura 3. Banners: a) da Estação Saúde e Natureza e b) da Estação Patrimônio Biocultural, 2023.

Fonte: acervo do projeto de extensão.

Estação 3 – Paisagem e Patrimônio: informar os aspectos referentes a paisagem como uma formação biocultural do território reveladora dos processos socioeconômicos e históricos. Buscou-se através das memórias, histórias e vivências dos moradores a construção do conhecimento a partir dos diferentes saberes que emergiram da

visualização da paisagem sobre a saúde, patrimônio biocultural como direito a um território saudável e sustentável.

Um fanzine contendo as informações das três estações foi elaborado e distribuído aos participantes, que através do QRcode dava acesso

ao material virtual e a toda a bibliografia utilizada para sua elaboração.

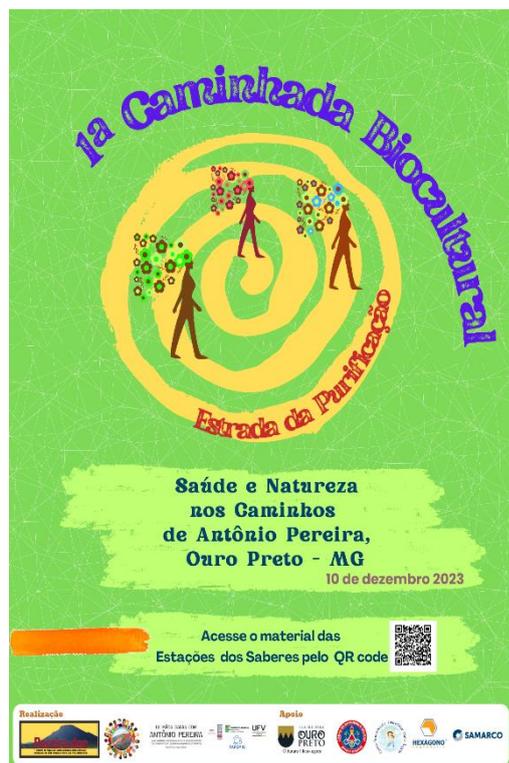


Figura 4. Banner com a divulgação do QRCode de acesso ao fanzine da caminhada, 2023.

Fonte: acervo do projeto de extensão.

Almoço de confraternização

Após a caminhada foi oferecido um almoço no Santuário de Nossa Senhora da Lapa, local de devoção da comunidade e o ponto final de peregrinação da estrada histórica da Purificação.

A ação contemplou também a concretização dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável no distrito de Antônio Pereira. O **ODS 03**, Saúde e Bem-estar, centralizado na reflexão sobre a integração da natureza e salvaguarda do patrimônio biocultural e da promoção de territórios saudáveis, sustentáveis e solidários como direito a promoção integral a saúde. O **ODS 4** provendo uma Educação de qualidade e inclusiva através dos diálogos, e troca e valorização dos saberes locais e da disseminação ativa dos saberes científicos produzidos pela UFOP no território com linguagem acessível. A **ODS 11** de Cidades e

comunidades sustentáveis abrindo espaços para reflexões e aprendizagem sobre o conceito Territórios saudáveis, sustentáveis e solidários, assim como o de patrimônio biocultural e a interligação de saúde e natureza para fortalecer ações e lutas da comunidade sobre essas temáticas, nos processos reparatórios e para direcionar esforços para salvaguardas dos saberes locais e do patrimônio biocultural. A participação e parcerias entre universidade, poder público, poder privado, associações comunitárias locais e movimentos sociais integra as ações para a ODS 16, da Paz, justiça e instituições eficazes juntamente com a ODS 17 na busca de parcerias e meios de implementação para o desenvolvimento sustentável do distrito.

Considerações Finais

Como uma proposta de devolutiva a ação da Caminhada Biocultural demonstrou-se uma ferramenta potente e inovadora, promovendo espaços para convivência, valorização dos saberes locais e científicos, promoção de reflexão sobre assuntos que atravessam a situação e as necessidades de saúde da comunidade de Antônio Pereira e para abordar a saúde e o patrimônio biocultural como um direito a um território saudável e sustentável. Na perspectiva da pesquisa intervenção, pudemos experienciar o fazer pesquisa no qual a devolutiva acontece ao longo processo e dá espaço para a construção do conhecimento junto com os sujeitos que habitam o território, potencializando e fortalecendo as ações comunitárias em relação a natureza, a saúde e a paisagem como patrimônio biocultural e histórico no caminho para a emancipação das moradoras e moradores do distrito de Antônio Pereira frente aos impactos da mineração industrial.

Agradecimentos

Agradecemos a Comunidade do Distrito de Antônio Pereira pelo acolhimento e ao pesquisador Vitor Araújo mestrando do Programa de Pós-graduação em Ecologia de Biomas Tropicais (PPGEBT) da UFOP, pela participação solidária compartilhamento os dados da pesquisa de mestrado sobre a Flora do Pico do Frazão.

Referências

BOSI, M. L. M. Pesquisa qualitativa em saúde coletiva: panorama e desafios. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 3, p. 575–586, mar. 2012. Disponível em: <https://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/pesquisa-qualitativa-em-saude-coletiva-panorama-e-desafios/9220>. Acesso em: 08 jun.2024.

BRASIL. Lei Nº 14.066 de 30 setembro de 2020. **Altera a lei Nº 12.334/10 da Política Nacional de Segurança de Barragem**. Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-14.066-de-30-de-setembro-de-2020-280529982>. Acesso em: 07 de jan. 2024

CHASSOT, C. S.; SILVA, R. A. N. da. A pesquisa-intervenção participativa como estratégia metodológica: Relato de uma pesquisa em associação. **Psicologia & Sociedade**, v. 30, p. e181737, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2018v30181737>. Acesso em: 23 jan 2024.

COOK, S.; MAYERS, S.; GOGGINS, K.; SCHLUNDT, D.; BONNET, K.; WILLIAMS, N.; ALCENDOR, D.; BARKIN, S. Assessing research participant preferences

for receiving study results. **Journal of Clinical and Translational Science**, v. 4, n. 3, p. 243–249, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/cts.2019.427>. Acesso em: 05 mai. 2024

PAULON, S. M. A análise de implicação como ferramenta na pesquisa-intervenção. **Psicologia & Sociedade**, v. 17, n. 3, p. 18-25, set/dez, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/YWZKDkyF5zBjQvhjJZkdK7m/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 jan 2024.

ROCHA, M. H. da S.; SILVA, C. H. F. da; DELLAZZANA-ZANON, L. L. Devolutiva de resultados: Compromisso ético-político em pesquisa com seres humanos. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 6, n. 11, p. 219-235, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300002>. Acesso em: 08 jun.2024.

ROCHA, M. L. da; AGUIAR, K. F. de. Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 23, n. 4, p. 64-73, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932003000400010>. Acesso em: 23 jan. 2024.

SAUINI, T.; FONSECA-KRUEL, V.S. da; YAZBEK, P. B.; MATTA, P.; CASSAS, F.; CRUZ, C. da; BARRETTO, E. H. P.; SANTOS, M. A. dos; GOMES, M. A. S.; GARCIA, R. J. F.; HONDA, S.; PASSERO, L. F. D.; CONDE, B. E.; RODRIGUES, E. Participatory methods on the recording of traditional knowledge about medicinal plants in Atlantic forest, Ubatuba, São Paulo, Brazil. **PLoS One**, v. 15, n. 5, p. e0232288, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232288>. Acesso em 13 de jan. 2023

VON ESCHWEGE, Wilhelm Ludwig. **Pluto Brasiliensis**. Berlim: G. Reimer, 1833.

Estação Saúde e Natureza

Benefícios comprovados de passar um tempo na natureza

Somos Natureza



Psicológico

Efeitos positivos na saúde mental

- Diminuição da depressão/estresse
- Aumento da autoestima
- Humor melhorado
- Aumento da criatividade
- Maior felicidade
- TDAH reduzido em crianças

Resiliência

Capacidade pessoal e comunitária de resistir aos impactos e permanecer saudável

- Consciência e comportamento pró meio ambiente
- A natureza fornece serviços como água limpa e ar que apoiam a saúde e o bem-estar

Cognitivo

Efeitos positivos na capacidade cognitiva

- Melhor capacidade de atenção
- Fadiga mental reduzida
- Melhor desempenho acadêmico
- Função cognitiva melhorada em adultos e crianças
- Produtividade melhorada

Social - Espiritual

Efeito positivo no bem-estar social e espiritual

- Melhor interação social
- Empoderamento social
- Redução da agressão, taxas de criminalidade, violência e medo
- Melhor bem-estar espiritual

Fisiológico

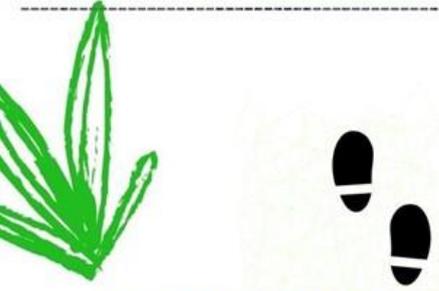
Efeitos positivos na saúde física

- Melhor saúde geral e bem-estar para adultos e crianças
- Menor estresse
- Redução hormônio cortisol
- Pressão arterial mais baixa
- Redução da mortalidade por doenças crônicas
- Dores de cabeça/dores reduzidas
- Obesidade reduzida
- Recuperação mais rápida de cirurgia/doença/trauma
- Melhor recuperação do vício
- Redução de doenças cardiovasculares e respiratórias
- Níveis aumentados de células que destroem tumores
- Diminuição do diabetes tipo 2
- Maior longevidade

Quem se conecta conserva

Nossa saúde está interligada a saúde de todos os seres!

Nossa saúde é a saúde do planeta e a saúde do planeta à a nossa saúde



Estrada Da Purificação

Entroncamento da Estrada Real. Gaminho de peregrinação em meio a Natureza.



Estação Patrimônio Biocultural

Canva



DIVERSIDADE BIOLÓGICA **PATRIMÔNIO BIOCULTURAL** **DIVERSIDADE CULTURAL**

Festas e costumes Paisagem Comida

Mineração tradicional Artesanato Cultivos/Sementes

Anexo 2. Modelo do formulário eletrônico utilizado para as inscrições na 1ª Caminhada Biocultural da Estrada da Purificação: saúde e natureza nos caminhos de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais.

Apresentação

A 1ª Caminhada Biocultural da Estrada da Purificação | Saúde e Natureza nos Caminhos de Antônio Pereira, Ouro Preto - MG é uma das ações de finalização do ano de 2023 do Projeto Pereira.doc e Caminhadas e Corridas do Programa de Mãos Dadas com Antônio Pereira.

Esta atividade visa incentivar hábitos de saúde e bem estar ao ar livre, somadas à troca de saberes coletivo junto a contemplação da natureza, valorizando os valores bioculturais associados.

Haverá diversos pontos de encontro para pegar o ônibus que levará todos os participantes ao ponto de partida da caminhada e no final para um almoço de confraternização que acontecerá na Gruta da Lapa.

A distância que será percorrida é de 7,5 km. O ponto de partida será do Morro São João, em frente ao Condomínio Campo Grande, em Ouro Preto em direção à MG 129.

Durante todo o percurso as equipes de Educação Física da UFOP e o corpo de bombeiros estarão acompanhando os participantes para indicações e cuidados. Eles estão preparados para situações de emergências, caso ocorra.

Público: Pessoas com idade acima de 10 anos, moradores e moradoras de Antônio Pereira, Mariana e Ouro Preto; servidores e estudantes da UFOP e IFMG.

Programação:

Data: 10 de dezembro de 2023

Saída de Antônio Pereira para o Morro São João

Itinerário ônibus:

6:00 – Vila Samarco

6:10 – Padre Ângelo

6:15 – Igreja Queimada

6:30 – Mariana

7:00 – Concentração e aquecimento

7h30 – Início da Caminhada

Pausas de conhecimento:

Tenda saberes – História da estrada da Purificação (20 min)

Tenda saberes – Saúde e Natureza (20 min)

Tenda saberes – Botânica (20 min)

Tenda saberes - Paisagem Cultural e Diversidades (20min)

12:00 – Chegada e exercícios de relaxamento

Resumo:

Local de saída: Início da Estrada da Purificação (logo após a entrada do Condomínio Campo Grande, em Ouro Preto, no Morro São João)

Local de chegada: Gruta da Nossa Senhora da Lapa

12:30 – Almoço de confraternização

Gruta da Nossa Senhora da Lapa

14:00 – retorno dos caminhantes moradores de Ouro Preto e Mariana

Orientações para a caminhada

Vestimenta:

- Calça comprida - Como é um percurso em meio a natureza para nossa proteção a indicação é estar de calça;
- Camisa manga longo: de preferência de tecido UV, ou tecidos leves e bem ventilado;
- Calçados: de preferência tênis ou botas com meias, sapatos fechados;
- Se preferir pode levar uma toalha para se secar.

Alimentação e hidratação

- Procure fazer uma alimentação no jantar da véspera da caminhada com carboidratos (pão, arroz, massa, macarrão), durma cedo e bem;

- Tome um café da manhã como de costume;
- Leve sua garrafinha de água e procure se hidratar durante todo o percurso - iremos ter oferecimento de água durante a caminhada;
- Não é necessário levar lanche para durante o percurso;
- PROCURE NÃO INGERIR BEBIDAS ALCOÓLICAS NA NOITE ANTERIOR

Proteção contra raios solares UVA UVB

- Passe protetor solar antes de sair de casa (ele demora 30 minutos para entrar em ativação total);
- Use chapéu ou bonés;

Carregue bem seu celular para estar preparado para as fotos.

Para seu cuidado e segurança durante a atividade, solicitamos o preenchimento do formulário abaixo com questões relacionadas à sua saúde e hábitos. Estes dados servirão para situações de emergências que possam ocorrer durante o percurso e serão mantidos em sigilo pela coordenação.

Todo o armazenamento e uso de dados seguirá a Lei Geral de Proteção de Dados, nº 13.709/2018.

Perguntas orientativas para equipe de acolhimento, atendimento e emergência

1. Nome Completo
2. Nome e telefone de pessoa responsável
3. Idade
4. Você pratica atualmente alguma atividade física regular? Caso sim, qual é a atividade, em quantos dias, por quantos minutos por dia e há quanto tempo?
5. Qual ou quais das doenças abaixo os seus familiares próximos tiveram? (pais e avós)
 - () Doenças cardíacas
 - () Acidente vascular cerebral (AVC)
 - () Câncer

- () Asma
 - () Hepatite
 - () Colesterol alto
 - () Outras.
6. Quais doenças abaixo você tem ou teve?
 - () Doenças cardíacas
 - () Acidente vascular cerebral (AVC)
 - () Câncer
 - () Asma
 - () Hepatite
 - () Colesterol alto
 - () Outras.
 7. Qual ou quais dos sintomas abaixo você tem regularmente?
 - () Dores no peito
 - () Falta de ar
 - () Palpitação
 - () Dor na perna
 - () Tontura ou desmaio
 - () Dor nas costas
 - () Outros
 8. Liste abaixo o ou os nomes dos medicamentos, prescritos por médico, que você faz uso e a quantidade diária
 9. Em relação às duas últimas semanas, você fumou? Caso sim, quantos cigarros por dia