



MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE

PRESTAÇÃO DE CONTAS FINAL RELATÓRIO DE CUMPRIMENTO DO OBJETO

I. DADOS DO PROJETO

PROCESSO Nº: 71000.070541/2022-67

SLIE/SLI: 2201455

PROPONENTE: Associação Educacional, Esportiva e Social do Brasil - AEESB

PROJETO: VIDA E SAÚDE

MANIFESTAÇÃO DESPORTIVA: Participação

MODALIDADES: Ginástica

CNPJ: 20.767.192/0001-73

RESPONSÁVEL LEGAL: Tamirys Caroline Silva Souza

II. CONSECUÇÃO DO OBJETO

A execução do projeto desportivo ou paradesportivos aprovado pela Comissão Técnica indicada no artigo 4º da Lei 11.438/2006, conforme Cláusula Primeira do Termo de Compromisso, firmado entre a **Associação Educacional, Esportiva e Social do Brasil - AEESB** e o Ministério do Esporte.

Constitui-se como objeto do projeto: Incentivar a prática esportiva de idosos, utilizando o esporte como ferramenta para minimizar os impactos do tempo no processo de envelhecimento.

Com a execução da iniciativa, todos os objetivos propostos foram alcançados, proporcionando benefícios significativos à saúde física, mental e social dos participantes. Os resultados obtidos são descritos a seguir:

- Oportunizar a prática esportiva sistematizada para idosos como forma de contribuir para a redução da ociosidade:

O projeto ofereceu oportunidades regulares e organizadas para a prática de atividades físicas, contribuindo para a redução da ociosidade. Essa ação resultou em uma rotina mais ativa e engajadora para os idosos, promovendo a sensação de propósito e bem-estar.



MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE



- Contribuir para o fortalecimento do sistema imunológico, prevenindo o aparecimento de doenças crônicas e também mantendo a mente saudável:

A prática esportiva regular ajudou a prevenir o surgimento de doenças crônicas e fortaleceu a imunidade dos participantes. Além disso, atividades físicas foram associadas à manutenção de uma mente saudável, proporcionando benefícios cognitivos e emocionais significativos, como a redução do estresse e da ansiedade.

- Minimizar os impactos do tempo no processo de envelhecimento, como o enfraquecimento dos músculos para os idosos:

O projeto foi eficaz em minimizar os impactos do tempo sobre o processo de envelhecimento, com foco no fortalecimento muscular e na melhoria da mobilidade física. Participantes relataram um aumento na disposição e maior independência para atividades cotidianas.



MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE

Local(is) de Execução:

Ginásio Poliesportivo Presidente Tancredo Neves

Av. Belo Horizonte, s/n
Regina Peres - Monte Carmelo
CEP: 38500-000
Montes Claros - MG
Fone: (38) 3229-3448

Escola Estadual Salvador Filpe

Rua José Maria Silva, 211, Vila Sion
CEP: 39402-443
Montes claros - MG
Fone: (38) 3229-3448

Associação missionária da família Bairro São Geraldo

Rua Barão de campinas 86, Augusta Mota
CEP: 39403-444
Montes claros - MG
Fone: (38) 3229-3448





MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE





MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE





MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE



III. METAS QUALITATIVAS E QUANTITATIVAS

METAS QUALITATIVAS

META 1: Estimular a melhora na percepção corporal dos beneficiados;

Indicador: Avaliação da autoimagem dos beneficiários;

Instrumento de Verificação: Avaliação da autoimagem dos beneficiários utilizando a escala de silhuetas aplicados ao início e ao final da execução do projeto.

RESPOSTA: A meta de melhorar a percepção corporal dos beneficiários foi plenamente alcançada, com uma evolução significativa na autoimagem e na conscientização sobre as condições físicas, conforme avaliado pela escala de silhuetas. As atividades físicas regulares e o acompanhamento contínuo fortaleceram a autoestima e proporcionaram melhorias físicas, incluindo a redução do IMC em casos específicos, promovendo uma visão mais saudável e equilibrada do corpo. O relatório completo encontra-se nos ANEXOS I.

META 2: Estimular a qualidade de vida e bem-estar dos beneficiários;

Indicador: Melhora na auto avaliação dos beneficiários sobre seus hábitos de vida;

Instrumento de Verificação: Avaliação da qualidade de vida dos beneficiários por meio de questionários aplicados no início e ao final da execução do projeto.



MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE

RESPOSTA: A meta de estimular a qualidade de vida e o bem-estar dos beneficiários foi alcançada com sucesso, com melhorias consistentes em saúde física, mental e social, conforme avaliado pelo questionário WHOQOL-BREF. A análise de 40% dos participantes revelou avanços significativos na percepção dos hábitos de vida e no bem-estar geral, reforçando o impacto positivo do projeto e a importância de sua continuidade. O relatório completo está disponível no ANEXO II.

METAS QUANTITATIVAS:

META 1: Melhorar em 5% a capacidade física dos beneficiados.

Indicador: Melhoria da capacidade física dos beneficiados do projeto.

Instrumento de Verificação: Aplicação de testes físicos no início e ao final do projeto em pelo menos 30% dos beneficiados do projeto.

RESPOSTA: A meta de melhorar em 5% a capacidade física dos beneficiados foi superada, com progressos significativos na aptidão cardiorrespiratória, resistência muscular e capacidade funcional, conforme demonstrado pelos testes aplicados a 30% dos participantes. O aumento na distância percorrida no teste de caminhada de seis minutos (602,49 metros, em média) e os parâmetros cardiorrespiratórios normais refletem a eficácia das atividades físicas sistematizadas do projeto, que promoveram autonomia, prevenção de doenças crônicas e melhor qualidade de vida. O relatório completo encontra-se no ANEXO III.

META 2: Melhorar em 5% a capacidade mental dos beneficiados.

Indicador: Melhoria da capacidade mental dos beneficiados do projeto.

Instrumento de Verificação: Aplicação de testes de memória no início e ao final do projeto em pelo menos 30% dos beneficiados do projeto.

RESPOSTA: A avaliação da capacidade mental dos beneficiados, realizada pelo Mini Exame do Estado Mental (MEEM), indicou uma média de 30,58 pontos, refletindo desempenho dentro da faixa normal e melhoria significativa na função cognitiva. Os resultados, com mediana de 31,25 e moda de 33 pontos, destacam o impacto positivo das atividades físicas do projeto na preservação das capacidades mentais dos participantes. O relatório completo está disponível no ANEXO IV.



MINISTÉRIO DO ESPORTE
SECRETARIA EXECUTIVA
DIRETORIA DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE INCENTIVO AO ESPORTE
COORDENAÇÃO-GERAL DE DESENVOLVIMENTO DA POLÍTICA DE
FINANCIAMENTO AO ESPORTE

IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O **Projeto Saúde e Vida** destacou-se como uma iniciativa transformadora na promoção da qualidade de vida, bem-estar e saúde integral dos participantes. Com foco especial na população idosa, o projeto demonstrou que a prática esportiva sistematizada é uma ferramenta poderosa para combater os efeitos do envelhecimento, promover a autonomia funcional e fortalecer os laços sociais. Além disso, as atividades cuidadosamente planejadas e conduzidas por profissionais qualificados foram fundamentais para prevenir doenças, melhorar capacidades físicas e cognitivas e estimular uma autoimagem mais positiva entre os beneficiados.

Os resultados obtidos, avaliados por meio de instrumentos reconhecidos como o Mini Exame do Estado Mental (MEEM), o questionário WHOQOL-BREF e os testes de capacidades físicas, validam a eficácia das ações e reforçam a relevância de iniciativas voltadas à promoção de um envelhecimento ativo e saudável. A integração dos aspectos físicos, mentais e sociais no projeto trouxe benefícios significativos e impactantes, demonstrando seu potencial para replicação em outros contextos.

Cumprindo fielmente o Plano de Trabalho aprovado e atingindo as metas pactuadas, o projeto se mostrou sustentável e inspirador, sendo um modelo para intervenções que buscam transformar vidas. O compromisso com a saúde e o bem-estar dos participantes foi o alicerce para o sucesso do programa, e a continuidade deste trabalho será essencial para que ainda mais pessoas possam experimentar os benefícios de uma vida ativa e saudável.

V. AUTENTICAÇÃO

Atesto a veracidade de todas as informações/documentos apresentados e coloco-me a disposição para qualquer complementação de dados, caso seja solicitado.

Data: 31/01/2025

Assinatura do responsável legal¹

¹ Este documento será considerado para fins de análise técnica de cumprimento do objeto somente com a assinatura do responsável legal.