



CONSELHO COMUNITÁRIO  
DE EXECUÇÃO PENAL

**PODER JUDICIÁRIO**  
**COMARCA DE PALOTINA**  
**CONSELHO COMUNITÁRIO DE EXECUÇÃO PENAL**

---

**PROJETO: ATIVIDADE FÍSICA NA CELA**  
**Serviço de Atendimento às presas da Cadeia Pública Feminina de Palotina – PR**

**Palotina**

**2022**



CONSELHO COMUNITÁRIO  
DE EXECUÇÃO PENAL

2022

**PODER JUDICIÁRIO**  
**COMARCA DE PALOTINA**  
**CONSELHO COMUNITÁRIO DE EXECUÇÃO PENAL**

**SUMÁRIO**

<b>ASSUNTO</b>	<b>PAG</b>
<b>1. IDENTIFICAÇÃO</b> 1.1. Resumo do projeto 1.2. Justificativa	
<b>2. CONTEXTUALIZAÇÃO</b> 2.1. O que é a sua organização? 2.2. Em que realidade o projeto vai atuar? 2.3. Quais serão os participantes do projeto?	
<b>3. OBJETIVOS</b> 3.1. Objetivo geral 3.2. Objetivos específicos 3.3. Ações a serem realizadas 3.4. Resultados esperados	
<b>4. METODOLOGIA</b>	
<b>5. COMPOSIÇÃO DA EQUIPE DO PROJETO</b>	
<b>6. CRONOGRAMA</b>	
<b>7. RECURSOS FINANCEIROS</b> 7.1. Orçamento resumido	
<b>8. AVALIAÇÃO</b>	
<b>9. REFERÊNCIAS</b>	

**Ao concluir o projeto, atualize as páginas do índice acima.**

## IDENTIFICAÇÃO

### NOME DO PROJETO

ATIVIDADE FÍSICA NA CELA - Serviço de Atendimento às presas da Cadeia Pública Feminina de Palotina – Pr.

### DADOS DA ENTIDADE

ENDEREÇO: Rua

FONES: (44) 9-9

CNPJ: 07.435.360/0001-65

DADOS BANCÁRIOS: SICREDI

AGÊNCIA: 0726

C.C: \*\*\*\*\*

### DADOS DO REPRESENTANTE LEGAL

NOME: Eloi José Glaeser

ENDEREÇO:

FONES:

RG:

CPF:

E-MAIL:

Nº DE NOTICIADOS ATENDIDOS NOS ÚLTIMOS SEIS MESES:

### PÚBLICO ALVO (MARQUE X NO QUADRINHO)

	Família
	Criança e Adolescente
	Idosos
	Pessoas com Deficiência
X	Preso
	Outros: especificar

### TEMAS TRANSVERSAIS DO PROJETO (MARQUE X NO QUADRINHO)

X	Lazer
X	Esportes

X	<b>Saúde</b>
X	<b>Educação</b>
X	<b>Inclusão</b>
X	<b>Qualidade de vida</b>
	<b>Geração de trabalho e renda</b>
	<b>Meio Ambiente</b>
	<b>Outros: especificar</b>

### 1. RESUMO DO PROJETO

Em uma das visitas à unidade prisional a Promotora de Justiça, Dra. Cristiane, observou que as mulheres estão com sobrepeso devido à alta quantidade de carboidrato ingeridos, assunto este que foi levado para a reunião e restou decidido, conforme ATA 169, pela contratação de profissional de educação física para iniciar com atividades físicas com as detentas.

O direito à prática de atividade esportivas e recreativas se encontra amparada no artigo 83, da Lei Federal nº 7.210, de 11 de julho de 1984, denominada Lei de Execução Penal que declara que “o estabelecimento penal conforme a sua natureza deverá contar em suas dependências com áreas e serviços destinados a dar assistência, educação, trabalho, recreação e prática esportiva” (BRASIL, 1984, p.17).

A Organização das Nações Unidas (ONU) também menciona as atividades de lazer dos detentos, sugerindo “uma hora diária de exercícios físicos ao ar livre”, bem como atividades recreativas e culturais.

## 1.2. JUSTIFICATIVA

A atividade física é uma característica inerente do comportamento humano, necessária para o bom desenvolvimento orgânico e socioafetivo das pessoas.

No contexto prisional, observa-se que a atividade física pode ser uma ferramenta importante para a incorporação destas atividades na vida do preso, favorecendo o cuidado com a saúde, com a qualidade de vida e com seu processo de ressocialização, além de prevenir o desenvolvimento de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes; controlam os níveis de colesterol; é aliada no tratamento da depressão e ansiedade; melhora o condicionamento muscular e também cardiorrespiratório; é importante para o controle de peso; melhora dores e diminui a incapacidade funcional; melhora a qualidade do sono; melhoram o desempenho cognitivo; reduz o estresse e aumenta a sensação de bem-estar.

Também consta na Nota Técnica" Nº 72/2021/COECE/CGCAP/DIRPP/DEPEN/MJ.

A nota técnica como a finalidade de apresentar manifestação do Departamento Penitenciário Nacional e do Conselho Nacional de Justiça sobre procedimentos quanto às ações de fomento à leitura, à cultura e aos esportes em ambiente de cárcere, integrado a política de educação para o sistema prisional.

Consta na nota técnica a importância de Projetos relacionado fomento à leitura, à cultura e ao esporte, podendo também ser utilizado na Remição da Pena onde as presas que participarem das atividades dentro do cronograma que será realizado pelo profissional de Educação Física.

O profissional deverá realizar relatório individual de acompanhamento para informar o nome das participantes e a quantidade de horas que as mesmas estiveram presentes nas atividades. Saliento ainda sobre anota técnica, o esporte,

## 2 – CONTEXTUALIZAÇÃO

### **2.1. O que é a sua instituição?**

Conselho Comunitário de Execução Penal.  
Cadeia Pública Feminina de Palotina – DEPEN.

### **2.2. Em que realidade o Projeto vai atuar?**

Irá atuar na cadeia pública feminina de Palotina.

### **2.3. Quais serão os participantes do Projeto? Descrição do público-alvo.**

Detentas que se encontram em cumprimento de pena na cadeia pública Feminina de Palotina.

### 3 – OBJETIVOS

Insira informações no quadro abaixo considerando o Roteiro para elaboração de projetos do Tribunal de Justiça.

<b>Objetivo Geral (3.1)</b>		
No contexto prisional, observa-se que a atividade física pode ser uma ferramenta importante para a incorporação destas atividades na vida do preso, favorecendo o cuidado com a saúde, com a qualidade de vida e com seu processo de ressocialização, além de prevenir o desenvolvimento de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes.		
<b>Objetivo Específico (3.2)</b>	<b>Ação (3.3)</b>	<b>Resultados esperados (3.4)</b>
- Prevenção do desenvolvimento de doenças crônicas;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Controle dos níveis de colesterol;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Depressão e ansiedade;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- melhora o condicionamento muscular e também cardiorrespiratório	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Controle de peso;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Melhora dores e diminui a incapacidade funcional;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Melhorar a qualidade do sono;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.
- Melhorar o desempenho cognitivo;	- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;	- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.

<p>- Reduz o estresse e aumenta a sensação de bem-estar.</p>	<p>- Atendimento as detentas da cadeia pública de Palotina;</p>	<p>- Garantir a saúde física, mental e emocional da mulher encarcerada através da atividade física.</p>
--	---	---

#### 4. METODOLOGIA

##### **Descrição da metodologia a ser utilizada.**

O profissional de educação física deverá atender 2x por semana, com duração de 3h (três horas) por semana as mulheres encarceradas na cadeia pública feminina de Palotina.

Por questão de segurança as detentas serão divididas em duas turmas, de 10 a 12 mulheres, sendo 45 (quarenta e cinco) minutos cada.

As atividades desempenhadas com as detentas poderão ser atividades de funcional, atividades essas que não despendam de materiais que poderão se tornar arma.

O projeto deverá iniciar com a avaliação antropométrica e deverá ser repetido a cada 3 meses, e ou, a cada detenta inserida ao projeto. A avaliação deverá conter análise da massa corporal, estatura, medição de duas dobras de adiposidade subcutânea (tricipital e subescapular) e encaminhados para este Conselho para análise dos dados e arquivados ao projeto.

### 5. Composição da equipe do Projeto

Nome	Função no Projeto	Formação Profissional	Tipo do vínculo	Carga horária semanal
Luana Maiara Barbacovi	Fiscalizar	Administração	Voluntária	
Larisa Kraeski Gehlen	Fiscalizar	Estagiária	Voluntária	
Débora Aparecida Reis	Fiscalizar	Agente Penitenciária	Voluntária	
Zivanildo				

## 6 - CRONOGRAMA

Objetivos específicos	Ações	Mês 01	Mês 02	Mês 03	Mês 04	Mês 05	Mês 06	Mês 07	Mês 08	Mês 09	Mês 10	Mês 11	Mês 12
Apresentação do projeto						X							
Contratação do profissional								X					
Início do projeto								X					
1º Avaliação antropométrica								X					
2º Avaliação antropométrica											X		
Apresentação em reunião do comparativo da 1º e 2º avaliação antropométrica.												X	

## 7 – RECURSOS FINANCEIROS

6.1. Orçamento descritivo. Anexar três orçamentos de empresas com CNPJ ativo.

Orçamento Resumido	
Recurso previsto para 12 meses	Valor do Investimento (em R\$)
Contratação de serviços educador físico	R\$2.000,00
<b>Total</b>	

## 8 – AVALIAÇÃO

Descreva como se dará o processo de avaliação do projeto tendo em vista os objetivos propostos.

### Matriz da avaliação processual

Objetivo específico	Avaliação
Índice de gordura corporal.	Relatório da avaliação antropométrica apresentada pelo profissional de educação física.
Avaliação psicológica	
Análise do grau de satisfação	
Análise de participação e aceitação do projeto	

## 9. REFERÊNCIAS

Site: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2019/8conice/paper/viewFile/13991/6303>

Site: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/03/TCC-Rogério-Cima.pdf>

Site: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/gborges,+Gerente+da+revista,+Artigo04+Prática+Atividade+Física+Presídio+2%20\(6\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/gborges,+Gerente+da+revista,+Artigo04+Prática+Atividade+Física+Presídio+2%20(6).pdf)