Associação dos Deficientes Visuais de Itapeva e Região
"LUZ DA VISÃO"
CNPJ – 04.810.983/0001-82
Declarada de utilidade Pública Municipal, em 20 de maio de 2002 sob Lei nº 1.794/2002.
Declarada de Utilidade Pública Estadual, em 26 de outubro de 2012 sob Lei nº 14.883/2012.
Registrada no CMDCA nº 011/2005, sob Decreto Municipal nº 3659/98.
Registrada no COMASI nº 014/2005 sob Decreto Municipal nº 3660/98.
Rua: Tatuí, 99 – Vila Aparecida – Itapeva / SP – 18401-120 Fone: (15) 3521-2417.
luzdavisao2001@gmail.com / cel. e WhatsApp (15) 99664-8940

Órgão Executor – **Prefeitura Municipal de Itapeva**	**Processo nº 9.457/2023.**
Programa/Serviço – Uma Nova Luz, Vendo a Vida de Outra forma.	**Mês de referência – Maio/2024.**
Número de atendidos – 42	**Público alvo – Deficientes Visuais e suas famílias.**

O mês de maio foi dado continuidade ao mês anterior, na melhora da movimentação dos membros, sendo o mês de abril com foco principal no equilíbrio, durante o mês de maio o foco principal foi no fortalecimento muscular e alongamentos.

Iniciamos as primeiras semanas com exercícios para os membros superiores, fazendo o uso do elástico (theraband), foram propostos exercícios sentados e em pé, fizemos exercícios para fortalecimento de deltoide, bíceps, tríceps, trapézio e romboides. Visto que o fortalecimento dos membros superiores acarretam benefícios para inúmeras atividades do cotidiano. Em conjunto com a movimentação de forma ativa e ativa assistida, com objetivo de auxiliar a movimentação dos braços e tronco.

Realizamos exercícios no tatame (em decúbito dorsal e mantendo o quadril suspenso com os joelhos flexionados em 90 graus (na chamada elevação pélvica)). Essa atividade foi realizada de forma dinâmica, através de diversas repetições e de forma estática, mantendo a elevação por períodos maiores. Como forma de estabilizar o corpo que também auxilia em uma melhora na movimentação dos membros, foi dada ênfase na contração da musculatura do abdômen contraída durante todo o exercício. Fortalecimento de todo membro inferior em geral.

Foram realizados atendimentos e acolhimentos individuais primários. Assistido com hérnia de disco e outros com fraqueza de membros inferiores. Foi utilizado caneleira e elásticos. Além de alongamentos ativos e ativos assistidos (Isquiostibiais, semimembranoso, latíssimo do dorso e serratil) Durante a mobilidade foi realizado trajetos até a praça próxima a instituição.

Associação dos Deficientes Visuais de Itapeva e Região
"LUZ DA VISÃO"
CNPJ – 04.810.983/0001-82
Declarada de utilidade Pública Municipal, em 20 de maio de 2002 sob Lei nº 1.794/2002.
Declarada de Utilidade Pública Estadual, em 26 de outubro de 2012 sob Lei nº 14.883/2012.
Registrada no CMDCA nº 011/2005, sob Decreto Municipal nº 3659/98.
Registrada no COMASI nº 014/2005 sob Decreto Municipal nº 3660/98.
Rua: Tatuí, 99 – Vila Aparecida – Itapeva / SP – 18401-120 Fone: (15) 3521-2417.
luzdavisao2001@gmail.com / cel. e WhatsApp (15) 99664-8940

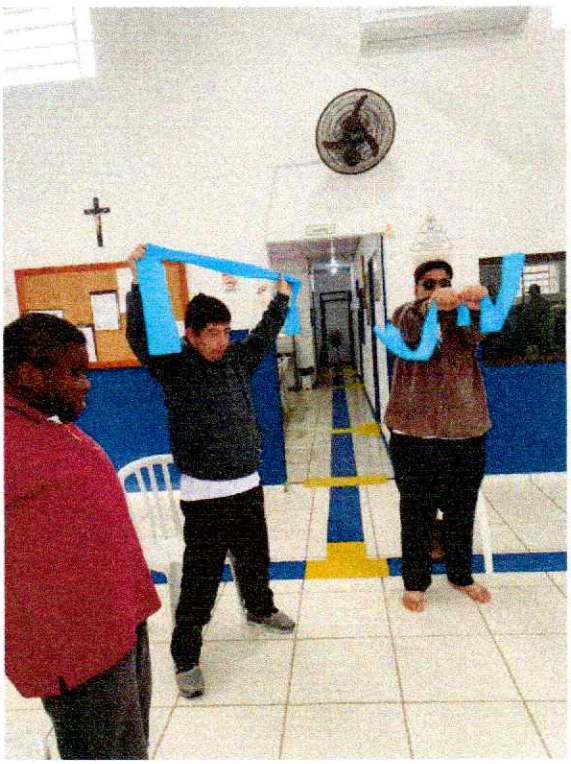
Pontos facilitadores – Sempre participativos durante as atividades, boa aceitação e receptividade da parte dos mesmos.

Pontos de estrangulamento – A grande demanda de atendimento com apenas um profissional da área.

Isabella Silva Camargo
ISABELLA SILVA CAMARGO
CREFITO 279540-F

Itapeva- SP, 04 de junho de 2024.





Associação dos Deficientes Visuais de Itapeva e Região
"LUZ DA VISÃO"
CNPJ – 04.810.983/0001-82
Declarada de utilidade Pública Municipal, em 20 de maio de 2002 sob Lei nº 1.794/2002.
Declarada de Utilidade Pública Estadual, em 26 de outubro de 2012 sob Lei nº 14.883/2012.
Registrada no CMDCA nº 011/2005, sob Decreto Municipal nº 3659/98.
Registrada no COMASI nº 014/2005 sob Decreto Municipal nº 3660/98.
Rua: Tatuí, 99 – Vila Aparecida – Itapeva / SP – 18401-120 Fone: (15) 3521-2417.
luzdavisao2001@gmail.com / cel. e WhatsApp (15) 99664-8940





