

Incentivo a prática atividade física e saúde na atenção primária: 10 anos de parceria entre universidade e município no Alto Sertão Baiano

Experience to encourage the practice of physical activity and health in the primary care: 10 years of partnership between the university and the municipality in the Alto Sertão Baiano

Marcus de Almeida Gomes^{1,2}

Claudio Bispo de Almeida²

Maria de Fátima da Silva Duarte²

1 Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física, Departamento de Educação, Campus XII, Universidade do Estado da Bahia, Bolsista FAPESB.
2 Programa de Pós graduação em Educação Física, Centro de Desportos, UFSC.

Resumo

O objetivo deste trabalho é descrever o histórico e as ações promovidas pela Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física (LEPEAF) da Universidade do Estado da Bahia, nos seus 10 anos de existência, destacando o funcionamento e o modelo lógico das atuais iniciativas com o Núcleo de Promoção de Atividade Física e Saúde (NPAFS) da Prefeitura Municipal de Guanambi. Pautada pela indissociabilidade entre o ensino, a pesquisa e extensão a LEPEAF desenvolveu mais de oito projetos e dois programas, e atualmente em parceria com o NPAFS atende de forma regular em 13 áreas de abrangência da Estratégia Saúde da Família em torno de 800 pessoas nas diversas faixas etárias, três vezes por semana, avaliando, desenvolvendo, estimulando e disseminando a promoção da atividade física e da alimentação saudável, por meio de diversas atividades.

Palavras-chave: promoção da saúde, atividade motora, extensão universitária, atenção primária.

Endereço para Correspondência

Marcus de Almeida Gomes

Universidade do Estado da Bahia, Campus XII,
Departamento de Educação, Linha de Estudo,
Pesquisa e Extensão em Atividade Física,
Avenida Universitaria Vanessa Cardoso e Cardoso,
Bairro Ipanema, Campus Universitário,
Guanambi, (BA), Brasil
CEP:46430-000
E-mail: marcius_lepeaf@hotmail.com ou
magomes@uneb.br

Abstract

The objective of this work is to describe the report and the actions promoted by the Line of Study, in its Researches and Extension in Physical Activity (LEPEAF) of the University of the State of Bahia, in 10 years of existence, detaching the operation and the logical model of the current initiatives with the Nucleus of Promotion of Physical Activity and Health (NPPAH) of the Municipal City hall of Guanambi. Ruled for *the* undissociability among the teaching, the research and extension the LEPEAF developed more than eight projects and two programs, and nowadays in partnership with the NPAFS assists in a regular way 13 areas of covered by the strategy by the Family Health strategy around 800 people in the several age groups, three times a week, evaluating, developing, stimulating and disseminating the promotion of the physical activity and of the healthy eating, by several activities.

Keywords: health promotion, motor activity, extension education, primary health care

- Recebido: 12/03/2011
- Re-submissão: 12/04/2011
- Aceito: 12/04/2011

INTRODUÇÃO

À construção de políticas públicas e intervenções de atividade física passaram a ser prioridade nas políticas de promoção da saúde^{1,2} devido principalmente ao crescente comportamento de inatividade física da população e a associação desta com inúmeras doenças e com fatores de risco às doenças cardiovasculares³.

Diante da relevância do tema, os crescentes aumentos nos números das doenças e agravos não transmissíveis (DANT) no mundo, a OMS (2002) propôs a implementação da Estratégia Global para Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde. Esta estratégia é a espinha dorsal da OMS e seus estados-membros com outros atores, dentre eles o Brasil, na promoção global de mudanças que visam à alimentação saudável e atividade física, cujo objetivo é prevenir as doenças crônicas e promover a saúde da população⁴.

Como parte da Política Nacional de Promoção da Saúde e com base nas recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Ministério da Saúde desde 2005 tem procurado incentivar a criação de projetos de intervenção e políticas públicas para a promoção da atividade física e alimentação saudável nos municípios brasileiros por meio da atenção básica⁵.

Mas, apesar das discussões recentes sobre a atuação do profissional de educação física na Atenção Básica no Brasil, desde 2001 algumas intervenções^{6,7,8} e pesquisas^{9,10} tem discutido o tema da promoção da atividade física e saúde neste contexto, desde o papel e a atuação da educação física na Estratégia Saúde da Família (ESF)^{8,9,11} até a formação destes profissionais para a saúde pública^{10,12}.

Portanto, o objetivo deste trabalho é descrever a linha histórica e as ações promovidas na atenção primária pela Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física da Universidade do Estado da Bahia, nos seus 10 anos de existência no Alto Sertão baiano, destacando o funcionamento e o modelo lógico das atuais iniciativas com o Núcleo de Promoção de Atividade Física e Saúde da Prefeitura Municipal de Guanambi.

Breve Histórico da LEPEAF- 10 ANOS

Criada em 22 de agosto de 2001, no Departamento de Educação Campus XII da Universidade do Estado da Bahia (UNEB XII), a "Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física" (LEPEAF) surgiu com objetivo de coordenar, orientar, promover e incentivar a realização de ações de estudo, pesquisa e extensão na área de atividade física relacionada a saúde.

Pautada na indissociabilidade entre o ensino, a pesquisa e a extensão, destaca-se nestes 10 anos a relação estabelecida com os órgãos municipais para o desenvolvimento de projetos que estimulem e discutam as condições de saúde da população e a prática de atividade física (Quadro 01).

Dentre os projetos desenvolvidos em parceria merece atenção o trabalho pioneiro da prática de atividade física no Sistema Único de Saúde (SUS), onde desde 2001 atende a população coberta pelas áreas de abrangência da Estratégia Saúde da Família (ESF)⁶, e mais recentemente a criação do Núcleo de Promoção da Atividade Física e Saúde do município. Além dos projetos citados anteriormente a LEPEAF vêm desenvolvendo outras iniciativas pontuais como: "Projeto Verão Guanambi", com atendimento a população, esclarecendo sobre a importância da atividade física relacionada à saúde; e o "Centro de Exercício Físico" (CEFUF) com orientação de exercícios físicos que estimulem o desenvolvimento da aptidão física relacionada a saúde, com prescrição de atividades de força e

treinamento aeróbico para a população carente.

O Núcleo de Promoção de Atividade Física e Saúde (NPAFS)

A criação e implantação do NPAFS aconteceu por meio da parceria entre o Departamento de Atenção Básica da Secretaria Municipal de Saúde de Guanambi e a LEPEAF, da Universidade do Estado da Bahia, Campus XII e por meio de financiamento adquirido pela Portaria Ministerial (CGDANT/DASIS/SVS/MS) Nº 139 de 11 de agosto de 2009. Guanambi é um município de médio porte, com cerca de 1260 km², localizada no centro sul baiano, aproximadamente a 780 km da capital (Salvador). A população residente é de aproximadamente 78 mil habitantes, com uma expectativa de vida de 66,85 anos. A principal causa de mortalidade em adultos está relacionada às complicações no aparelho circulatório (27,3%). Em 2007 identificou-se uma prevalência de inatividade física de 51% e de excesso de peso de 42,1% na população adulta¹³.

Como parte da política pública do município de Guanambi, o NPAFS apresenta como objetivo fomentar, desenvolver, estimular, disseminar e avaliar a promoção da prática da atividade física e alimentação saudável. Para suas estratégias de intervenção, o NPAFS considera não apenas a prevenção e/ou tratamento das DANT, mas também as práticas constantes e dinâmicas da promoção da saúde nos mais diversos contextos, a fim de possibilitar a construção de ambientes e adoção de comportamentos saudáveis que contribuam para a melhoria da qualidade de vida e saúde da população atendida pela atenção básica.

Estratégias de Intervenção

Dentre as estratégias de intervenção, o NPAFS desenvolve dois grandes projetos, que procuram atender as recomendações da Política Nacional da Atenção Básica¹⁴, como seguem:

1) Curso de Formação Continuada em Agentes de Atividade Física para Estratégia Saúde da Família (ESF)

Com a sua primeira turma formada em 2008, o curso dos agentes de atividade física tem o intuito de preparar alunos da graduação (Pedagogia, Educação Física e Enfermagem) e professores de educação física para atuar e compreender a dinâmica do SUS e as possíveis contribuições para a saúde da população. O curso reforça a prática da extensão universitária como possibilidade de formação e permite uma interlocução entre a teoria e a prática, onde estabelece uma relação com os determinantes sociais e as ações de promoção da saúde proposta pela política do SUS¹².

O Curso de Formação Continuada em Agentes de Atividade Física para a ESF tem uma carga horária de 320 horas, distribuídas em oficinas, módulos teóricos e atividades em campo. Os módulos teóricos são compostos por temas das ciências sociais, humanas e da saúde, com destaque para o aprofundamento da política do SUS e para a aproximação com o conhecimento específico.

As atividades de campo e as oficinas práticas subsidiam os professores e alunos para atuação crítica e reflexiva da realidade encontrada nas áreas de abrangência. Para as iniciativas práticas utiliza-se da teoria problematizadora de Paulo Freire¹⁵ e de algumas iniciativas comportamentais¹⁶. Durante a realização do curso, os alunos oferecem atividades físicas para as comunidades adstritas nas 13 áreas de abrangência da ESF de cada bairro, três vezes por semana, com duração em média de 120 minutos, além de informar e capacitar as equipes de saú-

ANO	ATIVIDADE	Publico/produto/atividade
2001	Criação da Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física da Universidade do Estado da Bahia (LEPEAF/UNEB XII) com cadastro no CNPq (22/08/2001). Implantação de atividade física nos PSFs em parceria com o Departamento de Saúde Coletiva de Guanambi por meio programa HIPERDIA em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS).	12 alunos e 02 professores envolvidos 120 idosos atendidos
2002	Criação do Projeto Viva Bem, com ampliação das intervenções de atividade física para seis UBS e no centro de convivência do idoso. Criação do Centro de Exercício Físico da UNEB (CEFU) com avaliação e orientação de exercícios resistidos. Projeto Verão Guanambi: Saúde em Qualquer Estação (1ª edição) com mobilização da população para o tema atividade física e saúde	400 idosos atendidos 100 adultos atendidos 800 atendimentos
2003	Projeto Viva Bem ganha o caráter de programa e em conjunto com as Secretarias de Saúde, Educação, Esporte e Ação Social de Guanambi amplia suas ações e discute a Política Nacional do Idoso.	800 idosos 04 secretarias envolvidas
2004	Criação do Núcleo de Atividade Física, Esporte e Lazer da Universidade do Estado da Bahia (NAFEL/UNEB) vinculado a Pró Reitoria de Extensão Desenvolvimento do Projeto Envelhecer de Bem Com a Vida: Brincando, Cantando e Contando História, uma ação multidisciplinar (pedagogia e educação física) com o objetivo do resgate cultural e social do idoso no município A LEPEAF estende suas atividades para a UNEB Campus VI (Caetitê) levando o Centro de Exercício Físico (CEFU) oferecendo atividades de ginástica e alongamento	24 Departamentos da UNEB atendidos 600 idosos e 60 estudantes participantes 100 pessoas atendidas
2005	LEPEAF INTINERANTE: com visitas de mobilização para avaliação e orientação de atividade física e saúde nos municípios pertencentes a 30ª Diretoria Regional de Saúde (30ª DIRES)	02 municípios atendidos
2006	Manutenção das atividades até aqui desenvolvidas.	
2007	Desenvolvimento da 1ª Pesquisa Domiciliar no município de Guanambi sobre atividade física e hábitos de saúde em adultos (1ª PDAFS) nas áreas de abrangência da Estratégia Saúde da Família (06 UBS) O Projeto Viva Bem, o CEFU e as outras atividades desenvolvidas pela LEPEAF são unificadas em um único Programa de caráter municipal com o apoio do Departamento de Educação, Campus XII: Ação e Saúde Guanambi: Educar, Conscientizar, Praticar e Multiplicar. Estabelece parceria Institucional com o Laboratório de Pedagogia do Esporte do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (LAPE/CDS/UFSC) Desenvolve Pesquisa sobre Qualidade de vida e Outros Hábitos de Saúde dos servidores da Universidade do Estado da Bahia em parceria com o NAFEL e o Núcleo de Pesquisa em Atividade Física (NuPAF) do Centro de Desportos da UFSC, a fim de constituir a política de atividade física, esporte e lazer da UNEB.	Aprox. 900 adultos entrevistados 04 Projetos 06 ações pontuais 1200 pessoas 01 projeto, 04 pesquisadores e 08 alunos envolvidos
2008	Parceria com a Secretaria de Saúde do Estado da Bahia, por meio do Departamento de Doenças e Agravos não Transmissíveis da Diretoria de Vigilância Epidemiológica (DIVEP/DANT) para elaboração da Política Estadual de Atividade Física e Promoção da Saúde; Início da primeira turma do Curso de Formação Continuada em Agentes de Atividade Física e Promoção da Saúde para Estratégia Saúde da Família com objetivo de aproximar os alunos da graduação em Educação Física as ações do SUS. O Programa Ação e Saúde Guanambi: educar, conscientizar, praticar e multiplicar recebe financiamento do Ministério da Saúde por meio da Portaria Ministerial nº79 de 23 de setembro de 2008.	01 parceria realizada 20 alunos e 08 professores 10 mil pessoas atendidas
2009	Ampliação da intervenção por meio do Programa Ação e Saúde Guanambi: educar, conscientizar, praticar e multiplicar, agregando todos os projetos e atividades desenvolvidos pela LEPEAF e pela prefeitura municipal de Guanambi no campo da atividade física e promoção da saúde, passando a atender 10 UBS distribuídas no centro e nos distritos; Criação do Núcleo de Promoção de Atividade Física e Saúde da Prefeitura Municipal de Guanambi, com financiamento da Portaria Ministerial Nº 139 de 11 de agosto de 2009, com objetivo de gerenciar e acompanhar as ações administrativas do Programa Ação e Saúde Guanambi e outras ações. Construção da Rede Municipal de Atividade Física e Promoção da Saúde em parceria com o Núcleo de Apoio Saúde da Família (NASF); Desenvolvimento da 2ª PDAFS nas áreas de abrangência da Estratégia Saúde da Família (10 UBS) atendidas pelo Programa Ação e Saúde Guanambi: educar, conscientizar, praticar e multiplicar. Consultoria aos municípios vizinhos para implantação de programas de atividade física e saúde com apoio do Ministério (Ibiassucê Ativo e Saudável/ Caetitê em Movimento)	13 parceiros envolvidos 1378 entrevistados 02 municípios atendidos
2010	5ª Edição do Projeto Verão Guanambi com a comemoração da Semana Nacional de Qualidade de Vida e do Dia Mundial da Saúde com o tema 1000 cidades, 1000 vidas Estabelece parceria Institucional com o Laboratório de Orientação de Atividade Física e Saúde do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (LOAFIS/CDS/UFSC) O Programa Ação e Saúde Guanambi é aprovado com Mérito pelo Edital 021 FAPESB- Articulação Pesquisa e Extensão no Estado da Bahia. Desenvolvimento da 3ª PDAFS nas áreas de abrangência da Estratégia Saúde da Família (13 UBS) atendidas pelo Programa Ação e Saúde Guanambi: educar, conscientizar, praticar e multiplicar. A LEPEAF é eleita pelo Comitê Nordeste para sediar a XI Edição do Simpósio Nordeste de Atividade Física e Saúde em 2012 O Núcleo de Promoção em Atividade Física e Saúde renova o apoio e financiamento do Ministério da Saúde por meio da Portaria Ministerial nº- 4.074, de 17 de dezembro de 2010.	1700 atendimentos Parceira realizada 1860 entrevistados
2011	Comemoração dos 10 anos da LEPEAF; Elaboração da Política Municipal de Atividade Física, Esporte e Lazer de Guanambi (proposta a construir)	

de sobre a importância da prática regular de atividade física e da promoção da saúde.

2) Projeto Ação e Saúde Guanambi: Educar, Conscientizar, Praticar e Multiplicar

Concomitantemente ao desenvolvimento do Curso de Formação Continuada acontece o **Programa Ação e Saúde Guanambi: Educar, Conscientizar, Praticar e Multiplicar**. Este programa vem sendo desenvolvido desde 2001, com o objetivo de desenvolver práticas regulares de atividade física (jogos, caminhadas, danças regionais e outras) para a população adstritas pelas áreas de abrangência das unidades básicas de saúde, e a qualificação das equipes de saúde da família com cursos, palestras e conferências sobre a temática atividade física, alimentação saudável e promoção da saúde⁷. Presente nas treze Unidades Básicas de Saúde, o Programa Ação e Saúde desenvolve suas iniciativas por meio do matriciamento e da territorialização das áreas de abrangência e da população adstrita, e para o desenvolvimento de suas atividades conta com o apoio das equipes de saúde da família (mais de 200 profissionais de saúde, entre médicos, enfermeiros e agentes comunitários) e os alunos do curso de formação (30 por ano).

As iniciativas propostas pelo programa (palestras educativas, círculos de cultura, aulas de ginástica, alongamento e caminhadas, jogos infantis e atividades lúdicas para crianças, dinâmica de grupo, aconselhamentos domiciliares e entrega de cartilhas) são planejadas conforme o protocolo de intervenção elaborado por Gomes e Duarte⁸. O protocolo de intervenção esta baseado nas estratégias dos estágios de mudança¹⁶ representado por quatro módulos: 1) *módulo edu-*

car (estágios de pré-contemplação e contemplação), 2) módulo conscientizar (estágio de preparação), 3) módulo praticar (estágios de ação e manutenção) e 4) módulo multiplicar. O módulo multiplicar é o único que não apresenta conteúdo específico ou normatização das atividades, pois apresenta uma importância do desenvolvimento da autonomia e reflexão crítica¹⁵ do aprendizado dos outros módulos de ação.

Outra importante iniciativa do NPAFS com o apoio técnico da LEPEAF é subsidiar as propostas implantadas pelo Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) para o incentivo a prática da promoção da saúde no município¹⁷.

Além dos resultados identificados nestes 10 anos (Quadro 01), com base no modelo lógico (Figura 1) o NPAFS atende aproximadamente 800 pessoas de forma regular, e mais de 9000 pessoas nos seus projetos pontuais, nas diversas faixas etárias, por toda cidade de Guanambi (BA) e região.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desafios e Expectativas

A relação estabelecida entre a Universidade (LEPEAF/ UNEB) e o Município e as conquistas nestes 10 anos reforçam a importância da extensão universitária como uma ação transformadora e emancipatória, exercendo sua função acadêmica, social e articuladora. O desafio para o ano de 2011 será a elaboração da Política Municipal de Promoção da Atividade Física e Saúde, onde garantirá a consolidação e a ampliação das ações do NPAFS, e que em conjunto com a Universidade (LEPEAF), a população e com os poderes públicos e privados

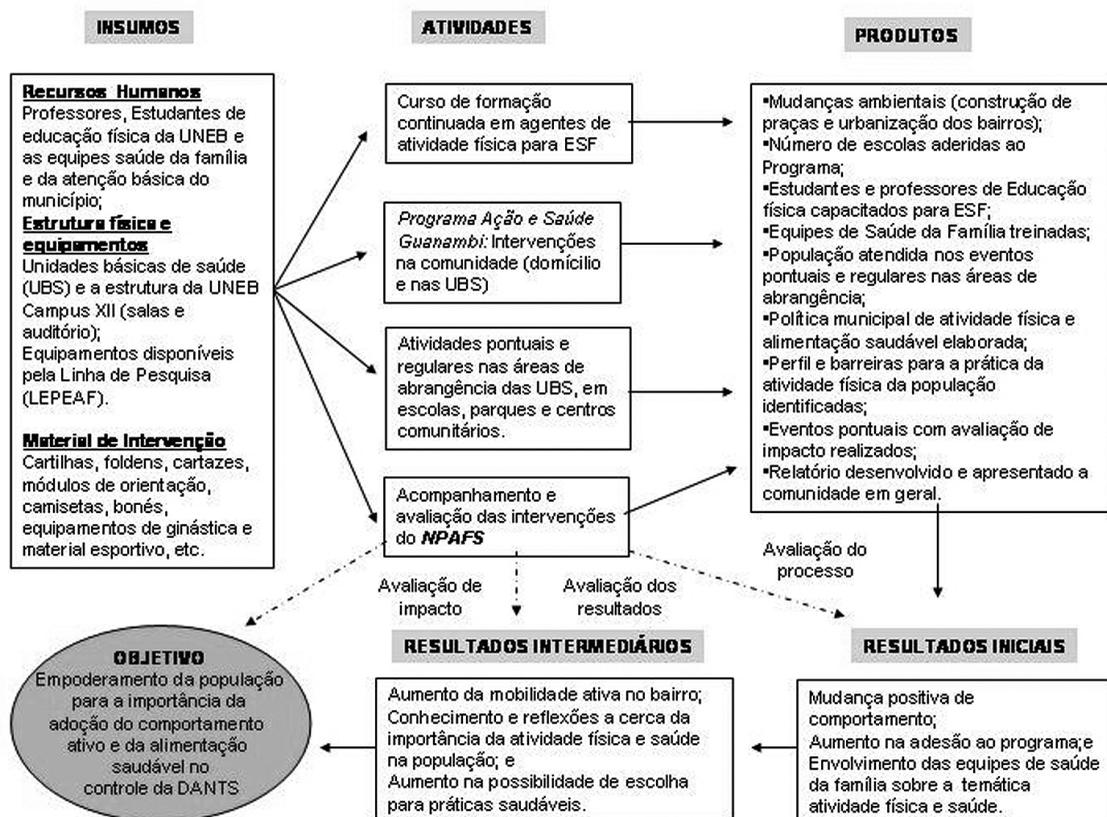


Figura 1

Modelo Lógico Programa Ação e Saúde Guanambi: educar, conscientizar, praticar e multiplicar

construirão iniciativas para mudanças ambientais e de bases legais (elaboração de leis) para desenvolvimento de um município cada vez mais saudável e ativo.

Agradecimentos

Ao Departamento de Atenção Básica da Secretaria de Saúde da Prefeitura Municipal de Guanambi e a Pró Reitoria de Extensão da Universidade do Estado da Bahia (PROEX/UNEB) pela parceria no desenvolvimento das atividades durante estes 10 anos da Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física (LEPEAF) da Bahia (DEDC XII). E ao apoio financeiro do Ministério da Saúde por meio da CGDANT no desenvolvimento e ampliação das ações de promoção da saúde no município de Guanambi.

Contribuições dos autores

Gomes MA e Almeida CB organizaram e escreveram o texto. Duarte MFS participou da orientação, elaboração e da revisão do texto.

REFERÊNCIAS

1. Haskell W L, Lee I M, Pate R R, Powell K E, Blair S, Franklin B A, et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation* 2007;116(9):1081-1093.
2. Bauman A E. Updating the evidence that physical activity is good for health: an epidemiological review 2000-2003. *J Sci Med Sport* 2004;7(Suppl 1):6-19.
3. Hallal P C, Dumith S C, Bastos J P, Reichert F F, Siqueira F V, Azevedo M R. Evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil: revisão Sistemática. *Rev Saude Publica* 2007;41(3):453-460.
4. WHO. Global strategy on diet, physical activity and health. Fifty-seventh world health assembly [monograph on the Internet] [WHA57.17]. Available from http://www.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-en.pdf, 2002.
5. Malta DC, Castro AM, Gosch CS, Cruz DKA, Bressan A, Nogueira JD et al. Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS. *Epidemiol. Serv. Saúde* 2009; 18(1):79-86.
6. Gomes MA, Bricídio EA, Souza AS. A intervenção da Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física da Universidade do Estado da Bahia nos Programas de Saúde da Família na Cidade de Guanambi, Bahia. In: Anais do IV Simpósio Nordestino de Atividade Física e Saúde. 2002; p.115-116.
7. Gomes MA, Gomes MBA. Projeto Ação e Saúde: Educar, Conscientizar e Praticar (Atividades Físicas Para a Promoção da Saúde nos PSFs). In: 5º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde, 2005, Florianópolis. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. 2005; Suplem: p.24-24.
8. Gomes MA, Duarte MFS. Efetividade de uma intervenção de atividade física em adultos atendidos pela estratégia saúde da família: Programa Ação e Saúde Floripa- BRASIL. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. 2008a; 13(1):44-56.
9. Gomes MA. Orientação de Atividade Física no Programa de Saúde da Família: uma Proposta de Ação. Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós Graduação em Educação Física, Dissertação de Mestrado, 2007;200p.
10. Gomes MA, Duarte MFS, Nascimento JV. A Atuação da Educação Física no Sistema Único de Saúde (SUS) e a Percepção dos Atores em Duas Regiões do País (Sul e Nordeste). In: 7º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde, 2009, Porto de Galinhas. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. Londrina : Midiograf. 2009; 14: 65-65.
11. Gomes MA, Duarte MFS. Orientação de Atividade Física na Estratégia Saúde da Família: Estratégias e Recomendações. In: Duarte MFS, Gomes MA, Poeta LS, Pazin J. Organizadores. *Atividade Física e Saúde em Diversos Contextos*. Salvador: EDUNEB/Florianópolis: EDUFSC, 2009, p.141-160.
12. Gomes MA, Duarte MFS. Formação Continuada de Educadores Físicos para Estratégia Saúde da Família (ESF): uma Proposta para Promoção da Saúde. In: II Congresso Catarinense de Saúde Coletiva, 2008, Florianópolis. 20 anos de SUS: desafios políticos, éticos e operacionais. Florianópolis: PPGSP/ Departamento de Saúde Pública, 2008b. Anais do evento digitalizado.
13. Gomes MA, Duarte MFS, Pereira JS, Borgatto AF, Poeta LS. Inatividade física habitual e fatores associados em população nordestina atendida pela estratégia saúde da família. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2009, 11(4):365-372.
14. Brasil MS. Secretária de Atenção a Saúde, Departamento de Atenção Básica. Política Nacional da Atenção Básica. Brasília, Serie Pactos pela Saúde, Volume 4, Ministério da Saúde, 2006, 60p.
15. Freire P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários para a prática docente*. São Paulo: Paz & Terra; 1996.
16. Marcus BH, Simkin LR. *The transtheoretical model: applications to exercise behavior*. *Med Sci Sports Exerc* 1994;26:1400-4.
17. Prefeitura Municipal de Guanambi. Secretaria Municipal de Saúde, Plano Plurianual de saúde do município de Guanambi 2006/2009, 72p.