



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

A PRÁTICA CORPORAL LIAN GONG COMO ESTRATÉGIA DE TRABALHO DE PROMOÇÃO A SAÚDE NA COMUNIDADE PELOS AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE

Roberta Aouki Tanaka , Geraldo Reple Sobrinho, Rodolfo Strufaldi, Ana Carolina Pagnota, Maria Célia Oliveira

1 Secretaria de Saúde de São Bernardo do Campo - Secretaria de Saúde de São Bernardo do Campo

São Bernardo do Campo

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O Lian Gong é uma atividade corporal chinesa, considerada uma Prática Integrativa e Complementar. Estas terapias consideram o indivíduo em sua totalidade, ao contrário da medicina convencional , que é focada na doença, e não no indivíduo como um todo . Tais sistemas e recursos buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. Esta prática reúne conceitos ocidentais e orientais com simplicidade, eficácia e alegria, sem caráter competitivo, mas sim de aprimoramento pessoal. Trabalha o movimento e a respiração, favorecendo a correção postural e o autoconhecimento corporal, além das ações localizadas específicas de cada exercício. O Lian Gong em 18 Terapias está organizado em três partes. A Primeira Parte do exercício constitui-se de três séries com seis exercícios, totalizando 18 movimentos . Nessa parte se obtém redução de dores corporais bem como a prevenção do seu surgimento. A Segunda Parte denominada Lian Gong Posterior constitui-se, também, de três séries, em um total de 18 exercícios, para prevenção e tratamento de articulações de extremidades, tenossinovites, cotovelo de tenista e distúrbios funcionais dos órgãos internos. Na Terceira Parte, o foco é o fortalecimento das funções do coração e dos pulmões

OBJETIVOS

Este trabalho tem o objetivo de relatar uma experiência de um grupo feito por agentes comunitários de saúde que realizam a prática de Lian Gong na comunidade

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de um relato de experiência por meio de descrição das ações que foram e são desenvolvidas no processo de cuidado realizado neste grupo de Lian Gong desenvolvido pelos agentes comunitários de saúde de uma UBS em São Bernardo do Campo

RESULTADOS

Este grupo iniciou na UBS Ipê há 6 anos, o grupo é aberto aos usuários (exceto gestantes), sem necessidade de inscrição prévia, acontece três vezes por semana em uma sede na comunidade



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

neste território, é coordenado por dois agentes comunitários de saúde e tem suporte de um educador físico da equipe NASF, capacitados para a prática. Atualmente, conta com uma média de 40 participantes por dia. Tem o conceito de grupalidade bem estabelecido, o que proporciona o sentimento de cooperação, a troca de saberes, a pactuação, a escuta mútua, o acolhimento, o aprendizado e o respeito às diferenças. Usa como estratégia de divulgação, a utilização de camisetas com logotipo, cartazes afixados nos murais da unidade e na comunidade, convites, participação especial em outros grupos da UBS, prática nas reuniões da UBS e principalmente pela troca de saberes entre os participantes. Atua como prevenção e complemento aos tratamentos convencionais de dores crônicas, hipertensão arterial, diabetes, reumatismo e outras doenças; combate os sintomas de stress, ansiedade e irritabilidade além de promover a interação entre usuários e a equipe de saúde. A equipe tem observado que os participantes apresentam melhora no humor e no sono, no quadro de dor crônica, diminuiu a procura por assistência médica e o uso de medicações. Percebeu-se que esses usuários têm maior facilidade em aderir ao tratamento e a outros grupos ofertados pela UBS, o que tem levado a melhora de seu estado geral

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Espera-se que este projeto ultrapasse as barreiras físicas das unidades de saúde, estando cada vez mais próximo da comunidade e em constante expansão