



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

ATIVIDADES FÍSICAS COM PESSOAS IDOSAS NO TERRITÓRIO JARDIM NÉLIA

Ana Carolina Felix Rodrigues Dias, Laura David de Goes Geraldo

1 Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo - Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo
São Paulo

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Até 2015 o território do Jardim Nélia, localizado no Itaim Paulista, zona leste de São Paulo, tinha como referência de saúde à UBS/AMA- Unidade básica de saúde tradicional e Assistência Médica Ambulatorial. Em setembro de 2015 houve uma reestruturação dos serviços, funcionando no formato do Programa de Saúde da Família (PSF). Durante a implantação da ESF, foi iniciada também a equipe multidisciplinar formada por Educador Físico, Psicólogo, Fisioterapeuta, Assistente Social, Fonoaudióloga e Nutricionista. A equipe multidisciplinar junto com a equipe de Estratégia Saúde da Família identificaram no território o déficit de atividades físicas voltada para a população idosa e de meia idade, onde eram acolhidos com a queixa e dado a conduta para solução do paciente, sem a implantação completa da promoção de saúde. Em janeiro de 2016, após a implantação do programa estratégia saúde da família e a divisão da área de abrangência da unidade de saúde os projetos de atividade física no território do Jardim Nélia foram iniciados, com diversos grupos voltados para a saúde coletiva em parceria com um equipamento religioso no território (Igreja Sagrada Família), e dentro da própria UBS identificamos a necessidade de iniciarmos grupos voltados para o público idoso.

OBJETIVOS

Ofertar qualidade de vida e promoção de saúde através de praticas corporal e dinâmica em grupo. Aproximar a Unidade Básica de Saúde à população e proporcionar o convívio, lazer e saúde em grupo.

METODOLOGIA

Desenvolvemos atividades diferenciadas, onde trabalhamos: atividade funcional, alongamento com objetivo de proporcionar melhora da mobilidade, fortalecimento, dança (melhora da condição cardiorrespiratória), força, e equilíbrio. Nos grupos observamos diversos perfis de pacientes com problemas de saúde e psicossociais como, diabetes, hipertensão, doenças cardíacas, dores articulares, depressão, problemas familiares, entre outros, Com o aumento de participantes nos grupos, foi observado necessidade de maior oferta de atividades de lazer, convivência e qualidade de vida, tanto no espaço da UBS quanto na comunidade. Para apoio na UBS, foram criados os grupos Alongamento e Ativos, voltados para pratica de atividades físicas, prevenção de lesões, promoção de saúde e qualidade de vida e educação. Esses dois grupos junto com o grupo da Paroquia Sagrada Família somam uma quantidade estimada de 5. 280 pacientes assistidos em um período de um ano. Realizando praticas corporais em grupo, onde oferecemos saúde e informação para os participantes que se tornam importantes multiplicadores 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!"

RESULTADOS

Esses grupos abertos contam com participantes fixos e rotativos, e foi observada boa assiduidade dessa população em longo prazo, aumento da procura por outras atividades físicas. Em relatos verbais a população refere melhora das condições biopsicossociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Hoje estes grupos se tornaram um "grupão" de amigos que se comunicam, socializam, festejam e fazem atividades físicas. O cuidado ofertado nesse período de dois anos, foi observado aumento do interesse pelos pacientes assistidos nos cuidados integrais, maior facilidade para acesso de ações de promoção de saúde e prevenção de doenças. Em 2018 será implantado novo protocolo de atendimento, com formulação de avaliação e possibilidade de maior acompanhamento e dados dessa população. O protocolo de avaliação será aplicado e analisado em atendimento individual pela equipe NASF.