



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*

#### **OFICINA DE CANTO PARA USUÁRIOS E PROFISSIONAIS DA ESTRATÉGICA SAÚDE DA FAMÍLIA, BAURU/SP: RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

Leonice Clemente Amorim de Jesus, Valdineia Neris de Souza, Juliana Julianelli de Araujo

1 Prefeitura Municipal De Bauru - Prefeitura Municipal De Bauru

Bauru

#### **INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA**

Introdução Trata-se do relato de experiência vivenciada em uma Unidade de Saúde da Família (USF) do município de Bauru, São Paulo, com a implantação de uma Oficina de Canto em que participam usuários do serviço e Agentes Comunitários de Saúde (ACS). A mesma foi idealizada como possibilidade de melhorar a qualidade de vida da população local, onde parte é jovem e bastante vulnerável às doenças sexualmente transmissíveis, tuberculose e drogadição, e outra composta por pessoas idosas, sedentárias, hipertensas e diabéticas. Sendo assim, a oficina tem o intuito de ampliar o vínculo da equipe com esses usuários e ajudar na prevenção de doenças e promoção da saúde. Dentre as muitas atividades que fazem parte da agenda dos profissionais, temos as atividades lúdicas e de lazer, as quais possibilitam ao usuário uma vida mais associativa, em direção à sua autonomia e emancipação. Estas possuem como diretrizes a intersetorialidade, a interdisciplinaridade e o trabalho em rede. Por meio dela é possível conquistar novos amigos, expandir os conhecimentos, exercitar a liderança e atuar como agente transformador da sociedade. Diversas são as atividades lúdicas, entre elas, as oficinas de canto, o teatro, as danças circulares, tenda do conto, grupos de caminhada/alongamento, passeios, festas em datas comemorativas, entre outros. As oficinas de canto podem constituir uma ferramenta capaz de facilitar a promoção de ações transformadoras na vida das pessoas. O grupo de canto foi implantado no mês de março de 2017 na USF Nove de Julho / Fortunato Rocha Lima, município de Bauru, São Paulo e tem como proposta buscar uma melhor qualidade de vida para o usuário, uma vez que o ato de cantar provoca reações positivas no cérebro, diminui o estresse, melhora a coordenação motora, fortalece o sistema imunológico, reduz sintomas de depressão e ansiedade. Para participar, o usuário tem que residir na área de abrangência da unidade e não necessita ter noções de canto. Justificativa Na área de abrangência da USF Nove de Julho Fortunato / Rocha Lima observamos por meio das consultas e visitas domiciliares que muitos usuários que possuem vida vulnerável e sedentária, têm hipertensão, diabetes e são obesos. Por se constituírem problemas crônicos, que necessitam de monitoramento para o resto da vida, essas pessoas, muitas vezes, tornam-se depressivas, agravando a patologia de base e dificultando a aderência ao tratamento. Pensando nisso, foi criada a Oficina de Canto, pois a música é uma forma de terapia que ajuda no tratamento e prevenção de diversas doenças, entre elas a hipertensão, diabetes e neuropatias em geral, melhora o humor e traz uma série de benefícios psicológicos e fisiológicos. Cantar auxilia no controle da ansiedade, superação da timidez, redução do estresse e no aumento da autoconfiança.



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!"

## OBJETIVOS

Objetivos Objetivo Geral Promover a saúde e melhor qualidade de vida de pessoas em situação de risco e/ou com doenças crônicas pertencentes à área de abrangência das Equipes de Saúde da Família do Núcleo Nove de Julho e Fortunato Rocha Lima. Objetivos Específicos • Ampliar o vínculo dos usuários com a equipe de saúde. • Despertar o desejo de mudança no usuário, incluindo-o no meio social. • Proporcionar momentos de integração e lazer entre os participantes do grupo. • Reduzir o estresse e ansiedade. • Trabalhar a autoimagem, o afeto, favorecendo o bem-estar dos indivíduos.

## METODOLOGIA

A partir da necessidade de reforçar o vínculo entre usuários e equipe, desenvolvimento da autoestima, autonomia e melhoria da qualidade de vida, optou-se por realizar uma oficina de canto. Trata-se de um Relato de Experiência com a participação de usuários e profissionais da USF Nove de Julho / Fortunato Rocha Lima, município de Bauru, São Paulo, em parceria com um professor de música voluntário residente na comunidade. Os usuários são convidados a participar da oficina pelos profissionais das equipes durante os atendimentos na unidade, visitas domiciliares e palestras em sala de espera. As oficinas acontecem com programação na agenda da unidade, uma vez na semana, às terças-feiras, das 09h às 10h. Os encontros são acompanhados por profissionais da unidade saúde da família, conforme escala. É feito uma ficha de inscrição (Anexo 1) para registro dos dados de cada usuário e um questionário (Anexo 2) para o acompanhamento dos benefícios da atividade. O questionário é aplicado no início da participação do usuário no grupo e depois de seis meses reaplicado para comparação dos resultados. Da mesma forma, as participações são registradas em lista de presença. Após um período de seis meses, os participantes do grupo serão reavaliados e os seus índices registrados.

## RESULTADOS

Realizado um encontro por semana, aplicado o questionário conforme anexo 2, em 14 usuários. Conforme Tabela 1, Expectativa do futuro, obtivemos uma melhora de 20% dos usuários, na Tabela 2 Avaliação da qualidade de vida, obtivemos uma melhora de 40% e na Tabela 3, obtivemos uma melhora de 30%. Através das nossas vivências e relatos dos Agentes Comunitários e usuários, conseguimos observar algumas questões importantes que irão nortear o nosso planejamento para as próximas atividades. Entre elas, podemos citar o fortalecimento do vínculo entre usuários-equipes-serviço e a redução da ansiedade, sendo este último identificado através dos participantes durante a realização das oficinas em função dos momentos de descontração e socialização.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que esses espaços de troca e reflexão são essenciais para aliviar e lidar com os desgastes e angústias do cotidiano, entendemos que esses momentos deveriam ser oportunizados com maior frequência, tanto aos profissionais quanto aos usuários. Sendo assim, optamos em dar continuidade ao projeto formando um novo grupo que, além de nos fornecer mais subsídios com a avaliação dos resultados, nos possibilitará definir pela implantação das atividades lúdicas em outras equipes da ESF existentes no município.