



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

RELATO DE EXPERIÊNCIA DA IMPLANTAÇÃO DO PROJETO "CAMINHADA DO SALTO", EM UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DE SOCORRO/SP

Juliana Bueno de Oliveira Santos, Kéren Aline de Moraes Correia, Elisangela Marciela Lopes, Mariana Silva Sechinato

1 Prefeitura Municipal da Estância de Socorro - Prefeitura Municipal da Estância de Socorro Socorro

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O sedentarismo, na população brasileira, afeta de 40 a 80% da população, estando associado a fatores como gênero, idade, condições de saúde, nível sócio-econômico-cultural e escolaridade. Sendo assim, a inatividade física é mais comum em mulheres, idosos, incapacitados, indivíduos de baixo nível sócio-econômico e de menor escolaridade. Além disso, a existência de barreiras, como falta de suporte social, local adequado para a prática, aconselhamento profissional e a distância fazem com que muitas pessoas não tenham adesão aos programas de atividade física. Desse modo, as Unidades Básicas de Saúde, assumem um papel importantíssimo no processo de implantação de promoção da saúde mediante atividade física, dando ênfase aos segmentos populacionais predispostos à inatividade física e minimizando parte das barreiras existentes nesses grupos. O município de Socorro, com população de 40.220 habitantes, vem fortalecendo sua Rede de Atenção Básica à Saúde, estando estruturada em 15 unidades de saúde, sendo 10 no modelo de Estratégia de Saúde da Família, 2 Unidades Básicas de Saúde e 3 Posto de Atendimento à saúde. Em uma dessas unidades, na Estratégia de Saúde da Família do bairro do Salto (ESF Salto), inaugurada em 26 de junho de 2016, a equipe identificou grande número de pessoas sedentárias e com doenças crônicas, como diabetes e hipertensão em sua área de abrangência, o que os mobilizou a buscar estratégias que pudessem contribuir com a saúde dessa população. Sendo assim, a equipe investiu na prática de atividade física como forma de reduzir riscos e melhorar a qualidade de vida da população.

OBJETIVOS

O objetivo deste estudo é compartilhar a experiência da implantação do projeto "Caminhada do Salto", em uma unidade de Estratégia de Saúde da Família do Bairro do Salto, município de Socorro/SP, visando a promoção à saúde, combate ao sedentarismo e interação social.

METODOLOGIA

Este é relato de experiência vivenciado pelos profissionais da Unidade de Estratégia de Saúde do bairro do Salto do município de Socorro/SP relacionado a implantação de um projeto de incentivo à prática de atividade física. O projeto da caminhada teve início no dia 17 de novembro de 2016, a partir da iniciativa da equipe de Estratégia de Saúde da Família, onde os agentes comunitários de saúde, com as instruções de uma fisioterapeuta, faziam alongamentos com os participantes, seguido de uma caminhada. O projeto iniciou como a participação de 4 agentes comunitários e 5 pessoas da área de abrangência. A partir do dia 7 de fevereiro de 2017, a



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!"

prefeitura disponibilizou, através do departamento de esportes, um educador físico para conduzir as atividades, potencializando o projeto. Aos poucos, o número de participantes foi aumentando, o lugar onde eram realizadas as atividades já não comportavam tantas pessoas, e as atividades passaram a ser realizadas no Centro de Exposições do município, oferecendo estrutura adequada para a prática de atividades físicas. A faixa etária dos participantes variou entre 7 e 80 anos e o educador físico, Marcelo Golo, trabalhou com atividades variadas e adequadas a todos os participantes, muitas vezes divididos em equipes com capacidades diferenciadas, sempre respeitando o limite de cada um, evitando tornar-se uma prática cansativa e contribuindo com a formação de vínculo e fortalecimento da interação entre as pessoas do grupo. Concomitantemente às atividades físicas, foram realizadas palestras sobre temas relacionados à prevenção e cuidados à saúde, passeios à pontos turísticos, cafés da manhã, festas de aniversário e confraternizações. Em todas as estratégias e atividades realizadas, houve o preenchimento da lista de presença e da ficha de atividade coletiva no módulo CDS do sistema E-SUS pelos agentes comunitários de saúde. Até o momento estão inscritos 67 participantes frequentes, todos aptos e devidamente atestados pelo médico para a prática de exercícios. Sendo estes atestados todos arquivados em pastas pelos agentes de saúde e atualizados uma vez ao ano. As atividades são realizadas as terças e quintas das 7:15 às 8:30 horas da manhã no Centro de Exposições João Orlandi Pagliusi, localizado dentro da área de abrangência da unidade.

RESULTADOS

Como resultado, alguns participaram conseguiram resultados como perda de peso, controle de doenças crônicas, disposição e autoestima. Entretanto, houve uma conquista ainda maior através da implantação desse projeto: formação de uma rede social de apoio à comunidade. Os participantes criaram laços de amizade e passaram a arrecadar utensílios, móveis, roupas, brinquedos e brindes para atender às necessidades daqueles que precisavam, mobilizando os participantes a se unirem em prol de um bem comum, buscando ser solidários em relação ao próximo

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ferramenta dos esportes é uma máquina transformadora que pode ser usada pelo bem social humano, pois nela se agrega muitos valores humanos e auxilia na busca de um mundo melhor, trazendo saúde, autoestima, espírito de equipe, objetivos. "O esporte é a ferramenta de inserção social mais eficaz, pois o resultado é imediato e as transformações são surpreendentes" (Leandro Flores). Tudo que é feito com amor produz bons resultados, e este projeto vem tornando-se motivo de grande orgulho da ESF Salto, proporcionando momentos prazerosos tanto para os participantes quanto para os profissionais envolvidos. Que ele possa servir de exemplo a todas as unidades de saúde da família e fazer a diferença na vida das pessoas, tanto no aspecto social, quanto no físico e emocional. A palavra chave desse projeto é: GRATIDÃO!