

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

TÍTULO: GRUPO MENTE E VIDA: ATENÇÃO A SAÚDE INTEGRAL DOS IDOSOS NO CER.

MODALIDADE 1: Experiência municipal.

TEMÁTICA 1: MODELO DE ATENÇÃO À SAÚDE

APRESENTAÇÃO: Os grupos terapêuticos multiprofissionais solidificam-se como uma importante estratégia de cuidado em saúde. Diversas condições de saúde e doença podem ser acompanhadas a partir das estratégias de atendimento em grupo. Em Macapá, capital do Amapá, é comum encontrarmos grupos terapêuticos em diversos equipamentos de saúde, em sua grande parte composto por idosos. As doenças crônicas e demandas de saúde mental são as principais patologias identificadas nos usuários dos grupos terapêuticos. Assim, pensando em um modelo de cuidado com foco na prevenção dos agravos das condições crônicas, o Centro Especializado de Reabilitação (CER) propõe a realização da atividade física, em grupo, como dispositivo de promoção à saúde. Elenca-se assim, que o cuidado é focado no usuário e não somente no controle das patologias, tirando o foco da doença e ressaltando outras dimensões do ser humano, como o cuidado do corpo físico, saúde mental e interação social. Posto isso, foi criado um grupo terapêutico em janeiro/2022, intitulado “Grupo Mente e Vida do CER”, que atualmente possui 52 usuários regulares.

OBJETIVOS GERAL: Oportunizar práticas de autocuidado através da atividade físicas em grupo, realizando assim a promoção a saúde.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Estimular o protagonismo do usuário no controle das condições crônicas;
- Estabelecer a importância das atividades físicas e medidas terapêuticas não farmacológicas no controle das condições crônicas e saúde mental.
- Reduzir os níveis de pressão arterial (PA) dos pacientes hipertensos
- Proporcionar recursos para o controle da obesidade e redução do Índice de Massa Corpórea (IMC).

METODOLOGIA: Os usuários atendidos no CER são encaminhados da Atenção Básica para o cuidado especializado no referido centro. Ao adentrarem ao serviço, são direcionados inicialmente para a especialidade solicitada no encaminhamento, posteriormente, a partir da

identificação inicial pelo profissional de referência, esse usuário será encaminhado para uma avaliação individual com o profissional de educação física. Após a avaliação do educador físico o paciente será agendado para consulta com o médico clínico geral ou geriatra, para avaliação e autorização da prática do exercício físico. Somente após esse fluxo é que o usuário poderá frequentar as aulas de exercício físico. Sendo assim, o grupo ocorre toda terça e sexta, semanalmente, com início às 8h e término às 9h30 sob supervisão do profissional de educação física. A cada encontro, os usuários são submetidos à prática de exercícios físicos guiados por profissional de educação física e participam de oficinas de promoção à saúde com outros profissionais do CER. Cada mês é realizado uma experiência diferente das rotineiras: danças, caminhadas e atividades de lazer. Elenca-se, que todos os usuários só são liberados para a prática do exercício após a triagem da equipe de enfermagem, a qual realiza as medidas antropométricas, o procedimento de aferição da pressão arterial com todos os participantes e medição da glicemia capilar para os diabéticos; com os resultados dentro dos parâmetros aceitáveis, eles são liberados para o grupo. Posteriormente, são registrados os dados de cada usuário para verificar se as medidas implementadas apresentam impacto positivo na redução da pressão arterial, da glicemia e do IMC.

RESULTADOS: Atualmente o projeto está em execução há 14 meses, tendo início em janeiro/2022. Por ser um projeto contínuo, apresentamos os resultados parciais e com foco na perspectiva dos pacientes. Atualmente todos os usuários do projeto possuem diagnóstico de alguma doença crônica, tais como diabetes e hipertensão arterial ou algum diagnóstico de transtorno mental, como depressão e ansiedade. Percebe-se uma boa adesão dos usuários a proposta do serviço, bem como vinculação positiva entre os profissionais e os outros usuários participantes. O discurso dos pacientes relata resultados qualitativos de percepção de diminuição de dor, melhora do sono, do humor, além da estabilidade da pressão arterial de pacientes hipertensos. O projeto tem o protocolo que ao constatar por 3 vezes a alteração da PA o usuário deve ser agendado para uma reavaliação com o profissional médico. Nota-se, que usuários que participam assiduamente do grupo não apresentam alterações significativas. Destaca-se ainda, a percepção da diminuição das dores musculares e queixas álgicas. Em relação ao IMC, há redução significativa dos usuários frequentes no projeto.

CONCLUSÃO: Com os resultados das práticas de Atividades Físicas realizadas em grupo é

possível boa adesão dos participantes. Além disso, por ser uma tecnologia de baixo custo a sua manutenção e efetividade tendem a ser de fácil execução. Ressalta-se ainda, que o projeto atua como dentro do esperado para o cuidado dos idosos dentro das práticas de Saúde do SUS, possibilitando assim o cuidado integral. Adicionalmente, é relevante destacar que o reflexo das estratégias e ações implementadas vem sendo observado nos indicadores do CER, uma vez que estratégias grupais suprem as demandas das listas de espera reprimidas. Outro impacto positivo, ao nível da gestão, é o aumento da produção dos profissionais, refletindo assim no repasse de financiamento para manutenção dos serviços.

PALAVRAS-CHAVE: “Atividade Física; Saúde Mental”.

Eu, **Charlie Douglas Nascimento Leite**, declaro serem verdadeiras as informações prestadas.

NOME COMPLETO E CPF DO RESPONSÁVEL PELA INSCRIÇÃO DO TRABALHO:

Luana Izabel da Silva Nunes, CPF: 017.562.122-52.

Município: MACAPÁ UF: AP

CARGO: Psicóloga.

ÓRGÃO VINCULADO: SEMSA