

Atenção Básica

MOVIMENTE-SE COM A MÚSICA E A DANÇA – IMPLANTAÇÃO NA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO CASTELO

Aparecida Pereira Sandes 1, Sônia Cristina Bueno 1, Rosicler Aparecida Da Silva 1, Pilar Cacheiro Calixto 1, Márcia Vaz Costa De Oliveira 1, Jaqueline Oliveira Lima 1
1 Município De Santos - Município De Santos

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O crescimento da população idosa no país e a criação de leis que garantem os direitos de condições dignas e saudáveis de envelhecimento sob a responsabilidade do Estado, fizeram com que o Ministério da Saúde elaborasse um programa de atenção à saúde do idoso e delegasse aos municípios elaboração de normas técnicas que atendessem esta normativa. O município de Santos, lançou em 2008 o programa “Movimente-se com a música e a Dança”, que promove a reabilitação funcional utilizando dos usuários a partir dos 60 anos, através da música e a dança. A experiência da implantação do programa na Unidade de Saúde da Família do Castelo como proposta terapêutica, contribuiu para aumentar a adesão dos idosos às atividades em grupo e à prática de atividades físicas, elevar a autoestima, estimular a socialização e melhorar as funções sensorial, motora e cognitiva.

A população de idosos no Brasil já soma 23, 5 milhões de pessoas segundo pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Diante deste panorama, faz-se necessário um olhar criterioso para as necessidades que essa expressiva fatia da população tenha garantia de seus direitos. O Estatuto do Idoso (Lei nº10. 741, de 1º de outubro de 2003) garante entre outros direitos, o direito à vida, atribuindo ao Estado, a proteção à vida e a saúde, mediante à efetivação de políticas públicas que permitam um envelhecimento saudável e em condições de dignidade. O documento lançado pelo Ministério da Saúde (MS) em 2010, da série Pactos pela Saúde, aponta a necessidade de implantação de programas atividades físicas e recreativas destinadas às pessoas idosas e que cabe ao Gestor Municipal elaborar normas técnicas referentes à atenção à saúde do idoso. Sendo assim, o Departamento de Atenção Básica da Secretaria Municipal de Saúde de Santos, inicia em 2008, sob responsabilidade da Seção de Atenção À Saúde Coletiva (SEATSC), Programa “Movimente-se com a Música e a Dança”. O Programa introduzido nas Unidades Básicas de Saúde, inicialmente como projeto piloto e está atualmente em 14 UBS. É uma atividade grupal, de promoção e reabilitação à saúde, utilizando a música e a dança na reabilitação funcional de usuários da rede municipal de saúde de Santos, com idade a partir de 60 anos. Relatamos a seguir a experiência da implantação do “Movimente-se com a Música e a Dança” na Unidade de Saúde da Família do Castelo, situada na Zona Noroeste de Santos/SP, em abril/2016.

OBJETIVOS

Estender o programa para pacientes da região do Castelo, Zona Noroeste de Santos; estabelecer um espaço que crie e fortaleça as relações sociais dos idosos; elevar a autoestima e afastar a depressão; melhorar a coordenação motora; estimular a mobilidade das articulações e estimular a capacidade intelectual.

METODOLOGIA

O desejo de implantar o “Movimente-se com a Música e a Dança” na USF Castelo já existia desde o início das atividades na Zona Noroeste. Dificuldades como recursos humanos e local para realização dos encontros foram os principais obstáculos para que isso não acontecesse antes. Em 2016, estando a equipe completa e com profissionais empenhados na concretização do projeto, teve início o período de capacitação de um auxiliar de enfermagem que seria o multiplicador para a equipe da unidade. A seguir, quatro agentes comunitários de saúde juntaram-se ao grupo. O convite para a nova atividade foi feito dentro da unidade e na comunidade pelos agentes de saúde. No dia 13 de abril/2016, aconteceu o primeiro encontro com a presença de seis usuários. Na semana seguinte, novo encontro, agora com trinta e dois usuários. E assim segue o grupo, com encontros semanais, sempre às quartas feiras às 9h, no espaço do Centro Comunitário Arthur da Costa e Silva. Hoje, a média de participantes é de 40 pessoas. As atividades são realizadas com os idosos sentados em cadeiras posicionadas em círculo. São aplicados exercícios baseados na Dança Sênior, que é uma atividade grupal que envolve música, atividade física, trabalhando o corpo por meio de coreografias criadas com músicas instrumentais e movimentos ritmados. Os encontros têm duração de sessenta minutos e utilizam em algumas coreografias, acessórios como bolas, garrafas de plástico com flocos de isopor, lenços coloridos e outros confeccionados pelo próprio grupo. Todos os idosos são acompanhados pela unidade de saúde. Dentre os colaboradores, a Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) agrega os estagiários de Terapia Ocupacional nas atividades do grupo. Com a frequência e o entrosamento do grupo, percebe-se as preferências musicais e os ritmos que mais animam os participantes. Atendendo uma demanda do grupo, foi incluída na agenda a comemoração dos aniversariantes do mês e algumas datas comemorativas, como Dia Mães, Dia dos Pais, Festa Junina (com a realização da quadrilha), Ação do Coração e Natal Comunitário. Em todas, foi realizada algum tipo de atividade motora na confecção de acessórios ou adereços.

RESULTADOS

Foram observados resultados como integração do grupo, melhora na autoestima, melhora da função sensorial através da música, da função motora promovido pela estimulação da lateralidade, coordenação e integração bilateral e da função cognitiva através da repetição das coreografias e das músicas nos encontros. Além dos resultados nos idosos, foi possível observar que os funcionários da unidade ficaram estimulados pela atividade e manifestaram desejo de participar dos encontros. Ao final das atividades, a referência dos participantes sempre é de satisfação e prazer.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A implantação do “Movimente-se com a música e a Dança” na USF Castelo amplia as atividades da Atenção ao Idoso. A atividade contribuiu para melhorar a adesão dos idosos às atividades em grupo e à prática de atividade física pois respeita suas limitações e oferece, além de toda proposta terapêutica, momentos de alegria, prazer e diversão.