

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

PROJETO BEM VIVER

Zilda Lopes 1, Franciele Aparecida Anselmo Campos 1, Ivete Izildinha Alves Conca 1
1 Secretaria Municipal De Saúde De Osvaldo Cruz - Secretaria Municipal De Saúde De Osvaldo Cruz

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A experiência promovida pela ESFMira Ira, iniciou suas atividades em 06/2016, com a proposta de minimizar as doenças crônicas não transmissíveis relevantes naquela comunidade, que predomina o público idoso. Dentre as patologias podemos citar: HAS, D.M e depressão, sugerida pela equipe multidisciplinar, uma intervenção rápida e ativa nos diversos fatores de risco, tais como: alimentação, sedentarismo, estilo de vida, uso incorreto da medicação, isolamento social/familiar e stress, sendo estes últimos de grande preocupação, pois o uso de medicamentos antidepressivos era elevado. A ESF recém inaugurada que torna o público receosos quanto as propostas de ações que pudessem prevenir promover e recuperar a saúde daquela comunidade. O Vínculo entre equipe e comunidade está estabelecendo, com pontos positivos pois ações de grupo como atividade física, artes manuais, hábitos alimentares saudáveis, rodas de conversas, círculo de amigos e ressocialização estão sendo realizadas visando a qualidade de vida.

No levantamento de dados das patologias crônicas de maior incidência na área adstrita do ESF Mira Ira foi detectada a prevalência em: Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus e Depressão. Diante do exposto, foi sugerida pela equipe multidisciplinar uma intervenção rápida e ativa na denominação dos diversos fatores de risco, tais como: alimentação, sedentarismo, estilo de vida, uso incorreto da medicação, isolamento social/familiar e stress, sendo este último de grande preocupação. A ESF Fernando Gomes Palma foi fundada em 06 de Setembro de 2015 e está situada em um dos Conjuntos Habitacionais mais antigos do município de Osvaldo Cruz S/P, e conta com uma grande porcentagem de idosos. Desse modo, a equipe de saúde analisando informações referentes a essa população percebeu a necessidade de desenvolver ações específicas para o público alvo. A proposta principal seria reunir um grupo com oficinas com pacientes idosos, com patologias crônicas e depressivas, propondo um ambiente de troca de experiências, rodas de conversas, esclarecendo dúvidas e incentivando a criação de hábitos que melhorem o cotidiano individual, familiar e da comunidade, utilizando trabalhos manuais como métodos terapêuticos para diminuição do stress, objetivando amenizar os efeitos maléficos das doenças crônicas.

OBJETIVOS

- introduzir em suas atividades diárias a atividade física, hábitos alimentares saudáveis e rodas de conversas, visando salientar a importância da qualidade de vida, - possibilitar uma ressocialização do público, aumentando seu círculo de amigos, dando mais ânimo aquela pessoa que antes vivia sozinha. - oportunizar a interação com pessoas da mesma idade, substituindo períodos de solidão e abandono por momentos de descontração. - fortalecer o vínculo entre comunidade e ESF, em especial o Agente Comunitário de Saúde, que assistindo de maneira singular e contínua, promove ativamente ações de promoção, prevenção e reabilitação junto a comunidade.

METODOLOGIA

O trabalho foi desenvolvido através de oficinas quinzenais, com variados temas de Orientação em Saúde e desenvolvimento de artesanato em diversos tipos de materiais de acordo com interesse dos participantes. Alguns dos trabalhos desenvolvidos no projeto foram: Flores em tecido e EVA, porta lápis, porta carregador de celulares, decoração em sabonetes, palestras com diversos profissionais abordando vários temas. Alguns membros também participam do projeto "Ginástico no Bairro", promovido pela Promoção social e ESF.

RESULTADOS

Inicialmente as pessoas acomodadas não participavam ativamente das ações promovidas, porém com o passar dos meses a adesão foi aumentando gradativamente e assim tivemos que ampliar nossa rede de cuidados para com a comunidade. Outro aspecto não menos importante foi a diminuição da procura da especialidade de psiquiatria, uma vez que com o suporte dado pela equipe de saúde os pacientes melhoram sua auto confiança com as condutas praticadas. E o primordial foi a relevante melhora na socialização do público alvo, pois a prevalência dos participantes são mulheres que já perderam seus maridos, e seus filhos já não se encontram no mesmo domicílio fatores estes que contribuem para a deterioração das relações pessoais. Com este projeto os denominados fatores de risco deixaram de influenciar na vida dessas pessoas sendo possível sua reinserção na sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Estratégia Saúde da Família Fernando Gomes Palma, através de sua equipe realiza ações com o intuito do desenvolvimento da autonomia e conscientização dos indivíduos objetivando um nível de bem estar elevado empenhando se na recuperação das patologias existentes. Busca contemplar cuidados que trarão benefícios a população permitindo melhor qualidade de vida e redução de gastos, contribuindo para prevenção, promoção e reabilitação. Outro rico fator a ser mencionado é a satisfação de todos os membros envolvidos, principalmente ACS que no processo ativo compreendem o verdadeiro sentido de suas ações perante sua comunidade.