

ENTRE ESTUDANTES E PACIENTES: OS BONS HÁBITOS COMO PONTE PARA A SAÚDE

Autor(res)

Eliéverson Guerchi Gonzales
Victória Silva Palombo
Juliana Santos Vieira
Fernanda Galiz Lacerda Brasileiro
Vitor Ferreira Da Cruz
Maria Eduarda Martins Bourdokan
Vitória De Andrade Camargo

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Introdução

A Unidade de Saúde da Família (USF) Maria Aparecida Pedrossian (MAPE), localizada em Campo Grande, Mato Grosso do Sul, integra o Distrito Sanitário Região Prosa. A unidade apresenta uma trajetória marcada pelo compromisso com a atenção básica, atendendo uma população diversificada e em constante crescimento (BRASIL, 2017). A USF contava com três equipes de Saúde da Família e três equipes de Saúde Bucal, além de uma equipe multidisciplinar do Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF), composta por fisioterapeutas, profissionais de educação física, nutricionistas, psicólogos e agentes comunitários de saúde (ACS) (BRASIL, 2017; CAMPO GRANDE, 2020). A área adscrita correspondente a essa unidade abrange aproximadamente 12 mil moradores, segundo estimativas da Secretaria Municipal de Saúde (CAMPO GRANDE, 2020). Os principais problemas de saúde identificados concentram-se nas doenças crônicas não transmissíveis. A região apresenta características geográficas predominantemente…

Objetivo

Objetivo geral: elucidar os benefícios do exercício físico e uma dieta balanceada para uma qualidade de vida saudável do público cadastrado no programa de Hipertensão e Diabetes da Unidade de Saúde Maria Aparecida Pedrossian.
Objetivos específicos: Incentivar a criação de metas realistas, promovendo adesão às mudanças de estilo de vida.Planejar atividades físicas que possam ser praticadas…

Material e Métodos

Este projeto foi estruturado como uma intervenção pedagógica realizada com pacientes cadastrados no programa Hiperdia da Unidade de Saúde Maria Aparecida Pedrossian. A pesquisa



apresentou abordagem [illegible] física em grupo no contexto da Atenção Primária à Saúde.

A ação foi executada na Associação de Moradores do Parque Residencial Maria Aparecida Pedrossian, situada próxima à Unidade de Saúde, em Campo Grande – MS. Participaram da intervenção os usuários cadastrados no programa Hiperdia, seis acadêmicos de medicina e um educador físico atuante na comunidade. Com o número de 16 pacientes presentes no dia da atividade. O início da ação contou com um momento de acolhimento, no qual os acadêmicos e o educador físico se apresentaram com o objetivo de promover interação e estabelecer um ambiente colaborativo. Em seguida, foi realizada uma sequência de alongamentos conduzida pelo educador físico, com o propósito de…

Resultados e Discussão

A atividade de extensão realizada pelos acadêmicos de Medicina na Unidade de Saúde da Família Maria Aparecida Pedrossian, voltada aos usuários cadastrados no Programa Hiperdia, demonstrou impactos significativos na promoção da saúde e na conscientização sobre hábitos de vida saudáveis. O alongamento coletivo desenvolvido durante a ação proporcionou aos participantes um momento de mobilização corporal simples e acessível, evidenciando que a prática de exercícios físicos pode ser incorporada à rotina diária mesmo em ambientes inesperados, como a própria unidade de saúde.

A maior parte dos usuários participou ativamente e relatou bem-estar após a atividade, destacando a importância de intervenções educativas e práticas no contexto da atenção básica. Apesar de três participantes apresentarem limitações articulares que impediram a realização completa dos movimentos, eles permaneceram presentes, acompanharam as orientações e demonstraram interesse em adaptações, reforçando…

Conclusão

O presente projeto de extensão alcançou de maneira satisfatória o objetivo geral de elucidar os benefícios do exercício físico e de uma dieta balanceada para a promoção de uma qualidade de vida saudável entre os usuários cadastrados no programa de Hipertensão e Diabetes da Unidade de Saúde Maria Aparecida Pedrossian. As atividades propostas possibilitam não apenas a transmissão de conhecimento, mas também a vivência prática de hábitos saudáveis, favorecendo a compreensão concreta da…

Referências

CAIRUS, H. F.; RIBEIRO JR., W. A. Textos hipocráticos: o doente, o médico e a doença. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005.

Starfield, Barbara Atenção primária: equilíbrio entre necessidades de saúde, serviços e tecnologia / Bárbara Starfield.

– Brasília : UNESCO, Ministério da Saúde, 2002. 726p.

INSTITUIÇÃO RESPONSÁVEL (Campo Grande). UBSF Maria Aparecida Pedrossian. [S.I.]: SuperPlano.

JORNAL MIDIAMAX. Com obra concluída, unidade de Saúde na Maria Aparecida Pedrossian vai atender a 12 mil pessoas. Campo Grande, 2 jun. 2020.

GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. Tratado de Fisiologia Médica. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier,



2017.
BRASIL. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.
IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística: Panorama de Campo Grande/MS. Rio de Janeiro: IBGE, 2022.
OMS. Relatório mundial sobre doenças crônicas não transmissíveis 2021. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2021.
MALTA, D. C. et al. Doenças crônicas…