



1ª MOSTRA

DE EXPERIÊNCIAS EM PROMOÇÃO DA SAÚDE,
PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES,
CONTROLE DO TABAGISMO E POLÍTICAS DE
EQUIDADE NO SUS-MG

2024

Experiências selecionadas - **Tema 2**

**Organização e desenvolvimento das ações
de promoção da saúde no âmbito da Atenção
Primária à Saúde e dos territórios – Alimentação
Saudável e Adequada e/ou Atividade Física**



SAÚDE



**MINAS
GERAIS**

GOVERNO
DIFERENTE.
ESTADO
EFICIENTE.

FICHA TÉCNICA

GOVERNADOR DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Romeu Zema Neto

SECRETÁRIO DE ESTADO DE SAÚDE

Fábio Baccheretti Vitor

SECRETÁRIA DE ESTADO ADJUNTA DE SAÚDE

Poliana Cardoso Lopes

CHEFIA DE GABINETE

Marina Queirós Cury

SUBSECRETARIA DE REDES DE ATENÇÃO À SAÚDE

Camila Moreira de Castro

SUPERINTENDENTE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA

Camila Helen de Almeida Silva Oliveira

DIRETORA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE E POLÍTICAS DE EQUIDADE

Daniela Souzalima Campos

COMISSÃO JULGADORA ESTADUAL

Adriana Procopio Rosa – URS Itabira

Aline Eliane dos Santos – URS Coronel Fabriciano

Cristiane Roberta Pinto Tomaz – DPSPE/SES

Daniela Vasconcelos Dutra – DPSPE/SES

Luisa Azeredo Silveira – DPSPE/SES

Magali Brito – COSEMS/MG

Milena Leão Rago – DPSPE/SES

Paula Souza Oliveira – DPSPE/SES

Rose Ferraz Carmo – ESP/MG

Vanessa de Oliveira Madureira – DPSPE/SES

Vanessa Vidal de Castro – DPSPE/SES

APRESENTAÇÃO

Em 2024, a Diretoria de Promoção da Saúde e Políticas de Promoção da Equidade em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais realizou a 1ª MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS EM PROMOÇÃO DA SAÚDE, PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES, CONTROLE DO TABAGISMO E POLÍTICAS DE EQUIDADE NO SUS-MG. O Evento contou com a parceria do Conselho de Secretarias Municipais de Saúde de Minas Gerais – COSEMS/MG e a Escola de Saúde Pública e teve como objetivo divulgar e dar visibilidade às experiências bem-sucedidas na implementação de ações de Promoção da Saúde, Práticas Integrativas e Complementares, Controle do Tabagismo e Políticas de Equidade desenvolvidas em conformidade com as diretrizes estabelecidas na Política Estadual de Promoção da Saúde – POEPS MG e demais marcos vigentes.

As experiências inscritas foram avaliadas por uma comissão julgadora estadual composta por representantes das coordenações da Diretoria de Promoção da Saúde e Políticas de Promoção da Equidade em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais, Unidades Regionais de Saúde, Escola de Saúde Pública e COSEMS/MG. Aquelas que em conformidade com o edital e que obtiveram a pontuação mínima estabelecida serão publicizadas através de E-books organizados por temas.

Assim, este E-Book apresenta as experiências selecionadas no Tema 2 - Organização e desenvolvimento das ações de promoção da saúde no âmbito da Atenção Primária à Saúde e dos territórios – Alimentação Saudável e Adequada e/ou Atividade Física.

Sabemos que ainda há muitos desafios para a implementação efetiva da Política Estadual de Promoção da Saúde, Políticas de Equidade, Práticas Integrativas e Complementares e Controle do Tabagismo, como o desenvolvimento de ações intersetoriais e a garantia da participação social no planejamento e avaliação das ações desenvolvidas. Entretanto, as experiências selecionadas apontam caminhos possíveis para a construção dessa agenda conforme a realidade de cada território.

Esperamos que as experiências selecionadas possam inspirar a construção de estratégias semelhantes em todo o território mineiro, fortalecendo a implementação da promoção da saúde no SUS MG.

SUMÁRIO

O PODER DA MUDANÇA DAS ESTRATÉGIAS, DO ACOLHIMENTO E DO PREPARO DAS MÃES NA MELHORIA DOS ÍNDICES DE ALEITAMENTO MATERNO. 08

Município: Presidente Juscelino

PROJETO SAÚDE EM JOGO 11

Município: Ubaporanda

PATOS + SAUDÁVEL: PROMOÇÃO DE SAÚDE & PRÁTICA CORPORAL/ ATIVIDADE FÍSICA & AURICULOTERAPIA. 14

Município: Patos de Minas.

HIDROVIDA 18

Município: Divinésia

PROMOÇÃO DA SAÚDE E EQUIDADE, O CAMINHO DE SAÚDE PARA TODOS. 21

Município: Belo Oriente

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ATRAVÉS DO PROJETO COZINHA ITINERANTE NOS GRUPOS DE HIPERDIA 24

Município: Presidente Juscelino

JANEIRO BRANCO: RESGATANDO A INFÂNCIA, REDUZINDO OS DANOS DAS TELAS. 27

Município: Natércia

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA PROPOSTA DE ATIVIDADES COLETIVAS DE PROMOÇÃO À SAÚDE NO ÂMBITO DO SUS NO MUNICÍPIO DE PARÁ DE MINAS 30

Município: Pará de Minas

SAÚDE EM MOVIMENTO 33

Município: Dom Joaquim

GRUPO INFÂNCIA SAUDÁVEL: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ALUNOS DO SERVIÇO ASSISTENCIAL QUITA GUIMARÃES TOLENTINO DE CLÁUDIO-MG 35

Município: Cláudio

PROMOVENDO SAÚDE ATRAVÉS DO EXERCÍCIO 38

Município: Ubá.

GRUPO DE ATIVIDADES FÍSICAS “CAMINHANDO PELA VIDA”	41
Município: Fortaleza de Minas	
GRUPO OPERATIVO CHÁ DA TARDE : UMA PROSA COM SUA EQUIPE DE SAÚDE-SAÚDE – EIXO ATENÇÃO PRIMÁRIA E PROMOÇÃO DA SAÚDE	45
Município: Itabirito	
DIA D DE PROMOÇÃO DA SAÚDE	48
Município: Betim	
LINHA DE CUIDADOS DA ESTRATÉGIA NACIONAL DE PREVENÇÃO E ATENÇÃO À OBESIDADE INFANTIL NO MUNICÍPIO DE DIVINÉSIA-MG.	51
Município: Divinésia	
CORPO EM MOVIMENTO	55
Município: Varzelândia	
DESMITIFICANDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	57
Município: Salinas	
IMPLANTAÇÃO DE AULA DE RÍTMOS EM HORÁRIO ALTERNATIVO NOTURNO	60
Município: Candeias	
PROJETO MEDIDA CERTA	63
Município: Itajubá	
NA MEDIDA CERTA KIDS	65
Município: Coronel Fabriciano	
ÁLBUM DE FIGURINHAS: ESTRATÉGIA PARA PROMOVER ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE CRIANÇAS.	69
Município: Carmo do Cajuru	
GRUPO CRESCER	72
Município: Bom Despacho.	
GESTAÇÃO SEGURA: GRUPO DE GESTANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE (APS)	76
Município: Cruzília.	

RODA DE CONVERSA SAUDÁVEL Município: Pará de Minas.	78
EM BUSCA DE UMA SAÚDE MELHOR A CADA DIA Município: Miravânia	81
INTRODUÇÃO ALIMENTAR ADEQUADA E SAUDÁVEL: A BASE PARA BONS HÁBITOS ALIMENTARES Município: Natércia	83
MOVIMENTO EM QUALQUER HORA E QUALQUER LUGAR: AMPLIAÇÃO DA OFERTA DE ATIVIDADE FÍSICA NO MUNICÍPIO Município: Carmo do Cajuru	86
GRUPO DE ATIVIDADE FÍSICA Município: Raul Soares	89
AGOSTO DOURADO Município: Ubaporanga	91
MOVIMENTA LUISLÂNDIA Município: Luislândia	93
FORTALECENDO A CONVIVÊNCIA NO SUS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO GRUPO AMIGOS Município: São Sebastião do Oeste	95
ATUAÇÃO DO NASF NA CIDADE DE SÃO JOÃO BATISTA DO GÓRIA, MG Município: São João Batista do Glória	98
INCLUSÃO SOCIAL ATRAVÉS DAS PRÁTICAS CORPORAIS Município: Ipaba	100
MOVIMENTE Município: São Gonçalo do Abaeté	102
I GINCANA DA SAÚDE: RUBIM - MG / HUMANIZAÇÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO TRABALHADOR Município: Rubim	104

MOVIMENTO SAÚDE

Município: Papagaios

106

SAÚDE NA PRAÇA

Município: Iguatama

108

O PODER DA MUDANÇA DAS ESTRATÉGIAS, DO ACOLHIMENTO E DO PREPARO DAS MÃES NA MELHORIA DOS ÍNDICES DE ALEITAMENTO MATERNO.

Município: Presidente Juscelino

Unidade Regional de Saúde: Sete Lagoas

Autores da Experiência: Poliana Guimarães Ribeiro.

Resumo estruturado

O leite materno é o melhor alimento para o bebê, fornecendo uma nutrição adequada e completa até os 6 meses e complementada a partir dos 6 meses até 2 anos ou mais. Esse projeto teve como objetivos favorecer o aleitamento materno exclusivo através das mudanças das estratégias, do acolhimento e orientações nos grupos de gestante e nas consultas de pré-natal, assim como acolhimento e suporte as lactantes. Assim, foi elaborado o protocolo de dispensação de fórmulas infantis pelo município estabelecendo critérios para dispensação de fórmulas infantis que antes desfavoreciam a prática do aleitamento materno. Nos grupos de gestantes foi orientado que o aleitamento materno é a estratégia que, isoladamente, mais impacta na redução da mortalidade infantil por causas evitáveis. Também foram intensificadas as ações de educação permanente para os profissionais e população em geral, para que todos incentivem e façam parte dessa rede de incentivo e apoio ao aleitamento materno. Também foi realizado o Curso que capacitou a nutricionista do município como tutora da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil e foram realizadas 2 oficinas para capacitação da Equipe de Saúde e dos profissionais da UBS para favorecer, proteger e fortalecer o aleitamento materno. Houve uma redução na distribuição de fórmulas infantis realizadas de forma desnecessária e que desfavorecessem o aleitamento materno após a aprovação do Protocolo de Fórmulas Infantis, Dietas e Suplementos do Município. Os resultados apresentados foram um aumento de 52,88% no aleitamento materno exclusivo até os 6 meses, dos anos de 2019 para o ano de 2023. E de 28,42% do aleitamento materno continuado a partir dos 6 meses até os 2 anos de idade. Alcançando em 2023 um percentual de 87,5% a taxa de aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e uma taxa de 60% de aleitamento materno continuado a partir dos 6 meses até 2 anos de idade. Dessa forma observou-se que as estratégias adotadas favoreceram o conhecimento, a troca de experiências que efetivamente contribuíram no aumento e melhoria da prática do aleitamento materno no município.

Objetivo Geral

Favorecer o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e complementado a partir dos 6 meses, através das mudanças das estratégias, do acolhimento e do preparo das mães no grupos de gestante e nas consultas de pré-natal, assim como acolhimento de suporte as lactantes.

Objetivos específicos

- Aumentar os índices do município de aleitamento materno exclusivos até o sexto mês e complementado a partir dos 6 meses;
- Diminuir a oferta de fórmulas desnecessárias a partir da aprovação de protocolo de fórmulas, dietas e suplementos no município;
- Capacitar os profissionais do município com oficinas da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil para reconhecer as ações de promoção, proteção e incentivo ao aleitamento materno, além de fortalecer a prática clínica dos profissionais da Atenção Básica nesse processo;
- Preparo das mães durante os grupos de gestante e das consultas de pré-natal para o aleitamento materno;
- Acolhimento e cuidado das lactantes e lactentes, para redução das dificuldades e intercorrências da amamentação.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foi elaborado o protocolo de dispensação de fórmulas infantis, dietas e suplementos pelo município e aprovado pelo Conselho Municipal de Saúde, estabelecendo critérios para dispensação de fórmulas infantis que antes desfavoreciam a prática do aleitamento materno. Foi adquirido pelo município uma boneca e um avental de amamentação, para tornar didática a orientação de aleitamento materno nos grupos de gestantes e nas atividades de promoção ao aleitamento materno. Durante os grupos de gestante foram abordados os temas de aleitamento materno, ensinado e reforçando sobre a importância e os benefícios do aleitamento materno, assim como esclarecidas as possíveis intercorrências e dificuldades durante a prática do aleitamento materno. Durante os grupos foi orientado que o aleitamento materno é a estratégia que, isoladamente, mais impacta na redução da mortalidade infantil por causas evitáveis (UFSC, 2020). E que o leite materno é o melhor alimento para o bebê, fornecendo uma nutrição adequada, ajudando a desenvolver a imunidade infantil e contribuindo na saúde física e emocional da criança, informando os benefícios tanto para o lactente, quanto para a lactante. Em salas de espera foi abordada a importância que a comunidade tem para fortalecer essa prática que impacta tanto na vida dos bebês. No mês de agosto

foi realizado o Agosto Dourado com incentivo ao aleitamento materno, rodas de conversa e trocas de experiências, assim como oferta de brindes as participantes. Também foram intensificadas as ações de educação permanente para os profissionais e população em geral, para que todos incentivem e façam parte dessa rede de incentivo e apoio ao aleitamento materno. Também foi realizado o Curso que capacitou a nutricionista do município como tutora da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil e após o término do Curso foram realizadas 2 oficinas para capacitação da Equipe de Saúde e dos profissionais da UBS para favorecer, proteger e fortalecer o aleitamento materno.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria Municipal de Saúde, Estratégias Saúde da Família Urbana e Rural, Equipes das UBS, Equipe Multidisciplinar.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de Assistência Social e Secretaria Municipal de Educação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. O Protocolo de Fórmulas Infantis, Dietas e Suplementos foi aprovado pelo Conselho Municipal de Saúde do Município.

Principais resultados alcançados

Houve uma redução na distribuição de fórmulas infantis realizadas de forma desnecessária e que desfavorecessem o aleitamento materno após a aprovação do Protocolo de Fórmulas Infantis, Dietas e Suplementos do Município. As orientações e oficinas com as gestantes favoreceram o aumento do aleitamento materno e da procura de atendimento ao apresentar dificuldades na prática do aleitamento, o que favoreceu o sucesso dele. A aquisição da boneca e do avental tornaram as oficinas didáticas e contaram com a participação de gestantes e de troca de experiências com as mães que já havia outros filhos e experiências anteriores. Os resultados apresentados nos relatórios do SISVAN, através da coleta de marcadores de Consumo Alimentar, foram um aumento de 52,88% no aleitamento materno exclusivo até os 6 meses, dos anos de 2019 para o ano de 2023. E de 28,42% do aleitamento materno continuado a partir dos 6 meses até os 2 anos de idade. Alcançando em 2023 um percentual de 87,5% a taxa de aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e uma taxa de 60% de aleitamento materno continuado a partir dos 6 meses até 2 anos de idade. A capacitação através do Curso Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil resultou em aumento dos conheci-

mentos e capacitação da nutricionista que se tornou tutora da estratégia e capacitou os outros profissionais da saúde através de oficinas favorecendo no município os resultados positivos do aleitamento materno.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Dessa forma observou-se que as estratégias adotadas favoreceram o conhecimento, a troca de experiências que efetivamente contribuíram no aumento e na melhoria da prática do aleitamento materno no município. Favorecendo essa estratégia que, isoladamente, mais impacta na redução da mortalidade infantil por causas evitáveis e garantindo o melhor alimento para o bebê, através de uma nutrição adequada, trazendo inúmeros benefícios para o binômio mãe e filho.

PROJETO SAÚDE EM JOGO

Município: Ubaporanda

Unidade Regional de Saúde: Coronel Fabriciano

Autores: Jorge Luís da Cruz Silva

Resumo estruturado

O Projeto Saúde em Jogo visa melhorar a saúde e a qualidade de vida de crianças e adolescentes por meio da prática do futsal. Desenvolvido em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde e a Secretaria de Esportes, o projeto busca promover hábitos saudáveis e incentivar a atividade física entre os jovens, utilizando o esporte como ferramenta de promoção da saúde.

Objetivo Geral

Promover a melhoria da saúde e da qualidade de vida de crianças e adolescentes através da prática do futsal.

Objetivos específicos

- Implementar programas de treinamento de futsal que promovam o desenvolvimento físico e emocional dos participantes.
- Oferecer orientação nutricional e de hábitos saudáveis para os jovens atletas e suas famílias.

- Estimular a participação ativa em atividades esportivas como meio de prevenção de doenças e promoção do bem-estar.
- Realizar campanhas de conscientização sobre a importância da atividade física regular e seus benefícios para a saúde.
- Fomentar o espírito de equipe, respeito mútuo e valores positivos através da prática esportiva, contribuindo para o desenvolvimento social e emocional dos participantes.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Na experiência do “Projeto Saúde em Jogo”, foram empregadas diversas técnicas, métodos e processos para alcançar os objetivos estabelecidos:

1. Treinamento Esportivo Especializado: Foi desenvolvido um programa de treinamento de futsal adaptado às necessidades e níveis de habilidade dos participantes, focando no desenvolvimento físico, técnico e tático.

2. Orientação Nutricional e de Hábitos Saudáveis: Profissionais de saúde e nutricionistas foram envolvidos para fornecer orientações sobre alimentação saudável, hidratação adequada e práticas de vida saudáveis, tanto para os jovens atletas quanto para suas famílias.

3. Campanhas de Conscientização: Foram realizadas campanhas de conscientização sobre a importância da atividade física regular, prevenção de doenças e promoção do bem-estar, utilizando diversos meios de comunicação e engajando a comunidade local.

4. Acompanhamento e Avaliação: Foi realizado um acompanhamento contínuo dos participantes para avaliar o progresso físico, emocional e social, permitindo ajustes no programa conforme necessário para melhor atender às necessidades dos jovens atletas.

5. *Integração com Serviços de Saúde: O projeto estabeleceu parcerias com a Secretaria Municipal de Saúde para integrar os serviços de saúde pública, permitindo encaminhamentos e acompanhamento médico quando necessário, além de promover ações de saúde preventiva.

Esses métodos e processos foram fundamentais para o sucesso do projeto, garantindo que os objetivos de melhoria da saúde e qualidade de vida das crianças e adolescentes fossem alcançados de forma eficaz e sustentável.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Vinicius Medina - Secretário de Esportes; Roberto Carlos da Silva - Diretor do Departamento Esportivo e Nayane Medina - marketing digital.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria Municipal de Saúde, entre eles Jorge Luís da Cruz Silva - Profissional de Educação Física do NASF, Adriana de Lourdes- Nutricionista e coordenadora do NASF e agentes de saúde das ESF's locais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

O planejamento do projeto contou com o apoio ativo da comunidade, especialmente através da colaboração da associação atlética de Ubaporanga, que desempenhou um papel fundamental.

Principais resultados alcançados

1. Melhoria da Saúde Física: Observou-se um aumento na prática regular de atividade física entre os participantes, resultando em melhorias na condição física geral, como resistência cardiovascular, força muscular e coordenação motora.

2. Adoção de Hábitos Saudáveis: Os jovens atletas e suas famílias demonstraram uma maior conscientização e adoção de hábitos alimentares saudáveis, resultando em melhorias na dieta e redução do sedentarismo.

3. Desenvolvimento Social e Emocional: A prática do futsal contribuiu para o desenvolvimento de habilidades sociais, como trabalho em equipe, respeito mútuo e autoconfiança, além de oferecer um ambiente seguro para a expressão emocional e construção de relacionamentos positivos.

4. Redução de Fatores de Risco: O projeto contribuiu para a redução de fatores de risco associados a doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares, através da promoção de um estilo de vida mais ativo e saudável.

5. Impacto na Comunidade: O projeto teve um impacto positivo na comunidade, promovendo a integração social, reduzindo o sedentarismo e inspirando outras iniciativas similares na região.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Com base na experiência do “Projeto Saúde em Jogo”, conclui-se que a promoção da saúde através do esporte, como o futsal, é uma estratégia eficaz para melhorar a qualidade de vida de crianças e adolescentes. Recomenda-se a implementação de programas semelhantes, integrando treinamento esportivo, orientação nutricional e ações de conscientização, em parceria com órgãos de saúde e esportes locais, para alcançar resultados positivos e sustentáveis na comunidade.

PATOS + SAUDÁVEL: PROMOÇÃO DE SAÚDE & PRÁTICA CORPORAL/ ATIVIDADE FÍSICA & AURICULOTERAPIA.

Município: Patos de Minas.

Unidade Regional de Saúde: Patos de Minas.

Autores: Marilene Rivany Nunes, Ana Carolina Magalhães Caixeta, Jéssica Laís de Oliveira Pimenta, Erica Geralda Rodrigues Leal, Aline Francielle de Magalhães, Helma Cristine Santos Pires, Jordano Savio Teixeira, Tais Calazans Correa Carvalho.

Resumo estruturado

Introdução: O PROJETO PATOS + SAUDÁVEL implantou grupo de atividade física associado a auriculoterapia. **Objetivo:** Implantar atividade física associado a auriculoterapia com vista a promoção de saúde. **Método:** Realizado planejamento estratégico, capacitação dos educadores físicos sobre Promoção de Saúde, auriculoterapia e Tai Chin Chuan, divulgação nas Unidades de Saúde e na rede social. **Público-alvo:** pessoas acima de 18 anos. **Atividades:** Realizadas atividades físicas, auriculoterapia, Tai Chin Chuan e confraternização. **Parcerias:** Secretaria de cultura e lazer, de desenvolvimento social, Associação de bairros e Conselho de saúde. **Resultados:** Foi realizado pelos quatro PEF, no ano de 2023, 1.833 grupos de atividade física, 1.116 consulta com o EF, 1.210 avaliações antropométricas, 760 auriculoterapia, 4 eventos de confraternização da saúde, caminhada ecológica, festa da primavera e natalina. Os eventos foram realizados no Parque do Mocambo e com presença de 250 pessoas. Atualmente temos cadastrado no projeto usuários. **Conclusão:** O projeto é um efetivo visto que possui assiduidade significativa e percepção de satisfação dos participantes.

Objetivo Geral

Implantar atividade física associado a auriculoterapia com vista a promoção de saúde e bem-estar físico e mental dos usuários da atenção primária a saúde de Patos de Minas.

Objetivos específicos

- Estimular o fortalecimento muscular, elasticidade e equilíbrio;
- Promover a socialização e o bem estar mental e social; Promover a capacidade funcional;
- Estimular a perda de peso corporal e aumento da massa muscular magra;
- Implantar a consulta do profissional de educação física;
- Propiciar cuidado de saúde com uso de auriculoterapia e Realizar monitoramento e acompanhamento do estado de saúde das pessoas.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para iniciar a elaboração do projeto Patos + Saudável foi realizado estudo sobre as ações de promoção de saúde, bem como visitas a Superintendência regional de saúde de Patos de Minas para buscar conhecimentos. Realizado planejamento estratégico com reuniões semanais com os quatro profissionais de educação física (PEF), da E- Multi, com a diretoria e supervisora da APS, para elencar locais adequados e de fácil acesso para a comunidade realizar atividade física. Realizado a capacitação dos PEF sobre a Política Estadual de Promoção de Saúde, auriculoterapia, prática de Tai Chin Chuan com apoio do setor de educação permanente e Secretaria de Saúde. A educação permanente ofertou curso de auriculoterapia disponibilizado pelo governo federal e a secretaria de saúde disponibilizou recursos financeiros e liberação de dois PEF para fazer o curso de Tai Chi Chuan em Belo Horizonte. Realizada reunião com conselho municipal de saúde para divulgar a estratégia ofertada a população patense. Também foi realizado a divulgação nas Unidades de Saúde (US) sobre locais e horários das práticas, bem como, divulgação na rede social pelo setor de comunicação da prefeitura no Instagram da mesma. Também foi realizado treinamento para os PEF realizar consulta individual para avaliação da saúde (entrevista, exame físico, avaliação

antropométrica, pressão arterial) e avaliado a aptidão para atividade física com uso do uso do Questionário de prontidão para atividade física (PAQ-R). Após as atividades físicas são ofertadas a prática de auriculoterapia, com semente de mostrada, de acordo com as necessidades dos usuários de forma semanais. Para estimular e incentivar as pessoas acima de 18 anos, de ambos os sexos, sem distinção de gênero para realizar a atividade física, foi realizado capacitação dos agentes comunitários de saúde, dos médicos e enfermeiro, da Saúde da Família, e dos profissionais de psicologia, assistente social, fisioterapeutas e nutricionistas e dos conselheiros municipais de saúde sobre a importância das ações de promoção de saúde, bem como dos locais elencados para a prática corporal/ atividade física. Para manter as atividades físicas e sua logística foi realizada reunião com os responsáveis e pelos locais de atividade física, adquirido material como pesos, caneleiras, bolas, step.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde.

Para iniciar a elaboração do projeto Patos + Saudável foi realizado estudo sobre as ações de promoção de saúde, bem como visitas a Superintendência regional de saúde de Patos de Minas para buscar conhecimentos. Realizado planejamento estratégico com reuniões semanais com os quatro profissionais de educação física (PEF), da E- Multi, com a diretoria e supervisora da APS, para elencar locais adequados e de fácil acesso para a comunidade realizar atividade física. Realizado a capacitação dos PEF sobre a Política Estadual de Promoção de Saúde, auriculoterapia, prática de Tai Chin Chuan com apoio do setor de educação permanente e secretaria de saúde. A educação permanente ofertou curso de auriculoterapia disponibilizado pelo governo federal e a secretaria de saúde disponibilizou recursos financeiros e liberação de dois PEF para fazer o curso de Tai chin chuan em Belo Horizonte. Realizada reunião com conselho municipal de saúde para divulgar a estratégia ofertada a população patense. Também foi realizado a divulgação nas Unidades de Saúde (US) sobre locais e horários das práticas, bem como, divulgação na rede social pelo setor de comunicação da prefeitura no instagran da mesma. Também foi realizado treinamento para os PEF realizar consulta individual para avaliação da saúde (entrevista, exame físico, avaliação antropométrica, pressão arterial) e avaliado a aptidão para atividade física com uso do uso do Questionário de prontidão para atividade física (PAQ-R). Após as atividades físicas são ofertadas a prática de auriculoterapia, com semente de mostrada, de acordo com as necessidades dos usuários de forma semanais. Para estimular e incentivar as pessoas acima de 18 anos, de ambos os sexos, sem distinção de gênero para realizar a atividade física, foi realizado capacitação dos agentes comunitários de saúde, dos médicos e enfermeiro, do Saúde da Família, e dos profissionais de psicologia, assistente social, fisioterapeutas e nutricionistas e dos conselheiros municipais de saúde sobre a importância das ações de promoção de saúde, bem como dos locais elencados para a prática corporal/ atividade física. Para manter as atividades físicas e sua logística foi realizada reunião com os responsáveis e pelos locais de atividade física, adquirido material como pesos, caneleiras, bolas, step. Como forma de monitorar e avaliar as

atividades do Projeto Patos + saudável foi criando uma planilha de excel para registro do cadastro do participante, data consulta, data da auriculoterapia, dados antropométricos, pressão arterial, idade e outros dados importantes. Também são registrados no sistema SIAB as informações conforme preconizado pelo Ministério da saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Parceiros intrasetoriais: A Rede Intrasetorial, que envolve os diferentes serviços da área da saúde é fundamental para efetividade de implantação de política de promoção de saúde. Assim, para implantar o PROJETO PATOS + SAUDAVEL foi articulado apoio da Secretaria de saúde, da Atenção básica, da vigilância em saúde, do setor de promoção de saúde, da educação permanente e do Conselho municipal de saúde. Parceiros intersetoriais: Secretaria de cultura e lazer, secretaria de desenvolvimento social, Secretaria de trânsito e associação de bairros. O processo de construção de ações intersetoriais voltadas para a promoção da saúde implica na troca e na construção coletiva de saberes, linguagens e práticas entre os diversos setores envolvidos na tentativa de equacionar questões sanitárias, produzindo soluções inovadoras para a melhoria da qualidade de vida.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A comunidade representada pelos conselheiros de saúde foram apresentados à proposta e divulgado os locais de práticas de atividade física. Foi ofertado a todos os conselheiros a oportunidade da palavra para indicar locais para fazer a atividade física e sugestões para potencializar a atividade física e a promoção de saúde. Anualmente são apresentados os dados sobre a atividade física no Conselho Municipal de saúde para monitoramento e avaliação.

Principais resultados alcançados

Foi realizado pelos quatro PEF no município de Patos de Minas, no ano de 2023, 1.833 grupos de ações de práticas corporais/ atividade física, 1.116 consultas com o PEF aos participantes dos grupos para avaliar estado de saúde e nutricional (pressão arterial, peso, altura, cintura, quadril, calculo IMC), 1.210 avaliações antropométricas. Foi realizado 4 eventos de confraternização no dia da saúde e da atividade física, caminhada ecológica, festa da primavera e festa natalina. Todos os eventos foram realizados no Parque do Mocambo e com presença de aproximadamente de 250 pessoas. Foram realizados 760 atendimentos de auriculoterapia para os participantes dos grupos de prática corporal/ atividade física. O Projeto Patos + saudável possui 773 participantes assíduos nos grupos que são realizados em 18 locais/pontos do território da APS de Patos de Minas, com frequência de diária no horário de 7:00 hs, 8:00 hs, 16:00 hs, 17:00 h,

18:00 h. Patos de Minas, possui 41 equipes de saúde da família e 21 Unidades de saúde, toda as áreas de abrangência das USF disponibilizam locais para a realização das atividades físicas durante semana.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclui-se que o projeto Patos + saudável foi um sucesso visto que o mesmo foi implantado em Janeiro 2023 e atualmente está ativo, com presença contínua dos usuários. Percebe-se um número de prática corporal/ atividade física significativo, e nas falas dos participantes dos grupos a sensação de satisfação e bem-estar que as atividades proporcionam. Para a implantação do projeto recomenda-se investir em reuniões semanais com os atores de todos os setores envolvidos, capacitação sobre promoção de saúde, auriculoterapia, Tai Chin Chuan aos profissionais de educação física. Divulgação dos locais de atividade física nas Unidades de Saúde e nas redes sociais. Também é necessário e viável criar planilha de Excel para registro de informações sobre atendimento e usar a mesma para avaliar as ações realizadas. E necessário registro de todas as atividades no sistema de informação da atenção primária para gerar consolidados e dados para análise de monitoramento e avaliação destas.

HIDROVIDA

Município: Divinésia

Unidade Regional de Saúde: Ubá.

Autores: Sebastião Gravina

Resumo estruturado

O município de Divinésia está localizado na mesorregião da Zona da Mata Mineira, pertencente à microrregião de saúde de Ubá, tem população estimada em 4.222 habitantes (IBGE 2022). A Secretaria Municipal de Saúde conta com uma equipe multiprofissional, com educadores físicos, fisioterapeutas, psicólogo, nutricionista e assistente social, que realizam além de apoio as equipes de atenção básica, diversas ações e serviços inovadores em promoção de saúde e prevenção. Neste sentido, no ano de 2020, foi inaugurada a Unidade Aquática Ronaldo Camilo Pires, que está localizada nas dependências do complexo de saúde, onde se encontram a Secretaria de Saúde, o Posto (urgência e emergência), o PSF Orádia Mendes Castro, a sala de vacina, a Farmácia de Minas, a Clínica de Fisioterapia/Pilates, formando assim um grande complexo de SAÚDE. A Unidade aquática é um ganho imenso a toda população, pelos inúmeros benefícios que oferta, com atividades de Hidroginástica para hipertensos e diabéticos, Hidroterapia e recreação aquática para crianças com obesidade grave, inscritas na Es-

estratégia Proteja. Ela possui uma piscina aquecida/coberta, amplos vestiários com chuveiros, banheiros, sala de materiais, sala dos profissionais, materiais de qualidade para as atividades e uma grande área externa, com estrutura capaz de comportar diversas ações ao ar livre.

Objetivo Geral

Contribuir para o bem-estar das pessoas, aliviar as dores, reabilitar, manter e/ou melhorar a condição de saúde delas através da atividade física no meio aquático, desenvolvendo também o aumento de força e tônus muscular, a flexibilidade, o fortalecimento do coração, queima de calorias, melhora da respiração, redução do estresse, socialização, combate a obesidade, entre outros. Além desses benefícios, o objetivo também é ofertar atividades que, mantêm a saúde mental saudável, contribuindo para a socialização e o lazer.

Objetivos específicos

- ▶ Responder às necessidades de manutenção e melhoria de saúde da população, criando hábitos de prática de atividades aquáticas regular, combatendo o sedentarismo;
- ▶ Promover a recreação e ocupação dos tempos livres de forma saudável, aumentando os índices de atividade física;
- ▶ Reabilitar o indivíduo integralmente, promover melhor funcionalidade ao corpo, melhora da postura e do equilíbrio.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Vigilância, monitoramento e avaliação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para que as atividades aconteçam de forma segura, o projeto conta com uma equipe multiprofissional de Educadores Físicos e Fisioterapeutas, com o apoio dos médicos e enfermeiros do PSF, para triagem e atestado de aptidão física dos participantes. Além da aferição diária da pressão arterial, antes do início de todas as aulas. São ofertadas aulas de hidroginástica, para o público acima de 18 anos, com turmas feminina e masculina (priorizando os hipertensos e diabéticos), para gestantes a partir do 3º trimestre, e para crianças/adolescentes obesos na faixa etária de 5 a 19 anos, com no máximo 6 alunos por turma, através do profissional Educador Físico, acompanhado de duas técnicas de enfermagem. Já as atividades de Hidroterapia, são realizadas por fisioterapeutas, individualmente, atendendo por ordem de prioridade os pacientes da clínica de fi-

sioterapia que necessitam desta prática. Essas atividades acontecem de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h, podendo se estender também aos sábados, dependendo da demanda.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os nossos parceiros são a Prefeitura Municipal, que construiu toda a estrutura da Unidade aquática, com recursos próprios, todos os setores da secretaria de saúde, desde a atenção básica até os serviços especializados.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Os demais parceiros são: a Secretaria Municipal de Educação e a E.E. Prof. Biolmino de Andrade, que colaboram na captação de demanda dos alunos para as atividades aquáticas, bem como no contato direto com os pais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Esta Unidade Aquática foi uma solicitação da população diretamente as gestões anteriores, pois desejavam muito este serviço, que não é ofertado na cidade nem mesmo particular, o que dificultava muito o acesso a este serviço. Foram feitas diversas reuniões com participação popular, e assim eles conquistaram este serviço gratuito a toda a população. Quando a Unidade estava pronta para ser inaugurada, realizou-se uma reunião com o Conselho de Saúde, demais setores e representantes da comunidade, para definir o público que seria atendido inicialmente, devido a alta demanda do público interessado. Todas as decisões foram tomadas em comum acordo com a população e avaliação dos profissionais envolvidos.

Principais resultados alcançados

Os resultados alcançados são surpreendentes em todas as atividades ofertadas na água, um grande orgulho para o nosso município. Os alunos da Hidroginástica são pacientes acompanhados pelas equipes da Estratégia Saúde da Família, e através deste acompanhamento, verificou-se uma grande melhora nas condições de saúde, melhorando os níveis do diabetes e controlando a pressão arterial, em alguns casos, diminuindo a medicação ou não sendo mais necessário o uso. A melhora da saúde mental, também foi um fato comprovado, alunos/pacientes que faziam terapia com o psicólogo da nossa equipe, tiveram alta, tendo indicação apenas para atividade física regular. Os pacientes da Hidroterapia, são sistematicamente acompanhados e avaliados pelo fisioterapeuta da equipe e o médico da ESF, e o ganho na qualidade de vida é moti-

vador e emocionante. Os pacientes melhoraram muito suas condições de vida diária através da prática, e alguns tiveram alta ou reabilitaram-se antes do tempo esperado. As crianças e adolescentes, diagnosticados com obesidade grave, tiveram os resultados mais surpreendentes. Atualmente atendemos 20 alunos, onde 8 deles tiveram perda de peso acima de 10% do peso corporal, no decorrer de 2 meses, e 6 desses alunos que se encontravam com depressão, saíram dessa situação. Todos os alunos, são cadastrados em grupos por aplicativo, para ampliar a comunicação, e também desta forma, recebemos um retorno positivo da família, com depoimentos e comprovações das melhorias.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Diante de todo o exposto, a gestão municipal da Secretaria de Saúde de Divinésia, pode concluir que o benefício foi o investimento neste projeto inovador, comprovando que vale apenas investir em promoção de Saúde. Hoje o projeto tem capacidade para atender semanalmente, em torno de 380 pessoas para aulas de Hidroginástica, 15 pessoas para Hidroterapia e 50 crianças para recreação aquática. Este número pode ser ampliado de acordo com a extensão do horário de atendimento e possível contratação de mais profissionais. A gestão acompanha os resultados alcançados pessoalmente, pois a Secretaria de Saúde funciona no mesmo complexo da Unidade Aquática, e o contato com a mesma e com os alunos/pacientes é diária. A população está imensamente satisfeita, e muito encantada com esse projeto arrojado e inovador, visto que na região não temos nada parecido, e o nosso município tem a honra e o prazer de se diferenciar dos demais nas ofertas do SUS, e está sempre buscando novos desafios e ofertando o seu máximo, para alcançar os melhores resultados em saúde, com atendimentos de qualidade e com equidade. Haja vista que, recentemente alcançamos o 1º lugar no Programa do Governo Federal Previne Brasil.

PROMOÇÃO DA SAÚDE E EQUIDADE, O CAMINHO DE SAÚDE PARA TODOS.

Município: Belo Oriente

Unidade Regional de Saúde: Coronel Fabriciano.

Autores: Cléria Gomes de Barros Silva; Evanice Meire de Menezes Carvalho; Eunice Maria de Souza; Maria Linetti soares de Oliveira.

Resumo estruturado

No dia da consciência negra, 20 de novembro de 2023, foi realizado o 1º Encontro com a comunidade Quilombola Esperança, operacionalizado pela Secretaria Municipal de Saúde, onde diversas atividades foram ofertadas junto à comunidade escolar e aos

seus familiares. Realizou-se depoimentos da história do nascimento da comunidade no século XIX, oferta de cuidados em saúde bucal, oferta da prática de atividade física, apresentação de peça e dança de origem africana, música representativa da cultura negra (ações que alegrou o dia de todos) e lanche baseado em alimentação saudável. A data faz referência ao dia em que Zumbi teria sido capturado e morto em 1695. Zumbi foi líder do Quilombo dos Palmares, o maior da história do Brasil. Ele é considerado como símbolo da luta e da resistência dos negros ao regime escravocrata e ao racismo. A Certidão de Autodefine a comunidade Esperança como Remanescentes de Quilombo, no dia 09 de Novembro de 2018.

Objetivo Geral

Comemorar o dia da consciência negra e resgate da história, apoderamento e empoderamento.

Objetivos específicos

- Comemorar o dia da consciência negra, 20 de novembro.
- Realizar depoimento com a história da comunidade por um representante, José Fernandes de Souza com 77 anos de idade, filho de Maria Antônia Bento, descendente direto de escravo.
- Orientar sobre os cuidados com a saúde bucal.
- Dançar uma música, com crianças alunos da Escola Municipal Esperança.
- Realizar a prática de atividade física orientada, por meio da promoção de saúde, através do profissional de educação física com alongamentos, exercícios.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

No dia da consciência negra, foi realizado o 1º Encontro com a comunidade Quilombola Esperança, direcionado pela Secretaria Municipal de Saúde. Quanto à estratégia operacional, territorialização, a ação foi realizada na Estratégia de Saúde da Família, que está localizada na Comunidade Quilombola Esperança e toda a comunidade foi convidada. A comunidade é representada por 823 pessoas cadastradas no E-SUS. Se-

nhor José Fernando de Souza, 77 anos de idade, filho da falecida Maria Antônia Bento, relata ter vivido a escravidão através dos relatos de sua mãe, é morador, lutador e constituinte da comissão de luta pelo reconhecimento da comunidade e da sua filha enfermeira Eunice Maria de Souza. José Fernando relatou sobre o quanto era difícil sobreviver naquela época. A Enfermeira Eunice Maria de Souza, filha do representante, pontuou que apesar das lutas e dificuldades enfrentadas assim como o racismo, que já perdura desde épocas passadas, ressaltou sobre a importância da união da comunidade, das conquistas, do empoderamento, do crescimento e valorização da agricultura local. Enfatizando a cultura tradicional das comunidades remanescentes quilombola e pautou sobre o plantio, quitandas, danças que simbolizam a cultura. Houve também um momento em que a Dentista Flávia Aguiar da ESF (Estratégia de Saúde da Família), pontuou sobre a saúde bucal.

As crianças da Escola Municipal Esperança, apresentaram uma coreografia utilizando a música Cantos das três raças, de Clara Nunes, através da dança e dramatização (estavam com as mãos amarradas em correntes fictícias, fomentando as condições do período de escravatura). Por meio da Promoção da Saúde foi abordada a importância das práticas de atividades físicas orientada, com profissional de educação física. Houve a execução de alongamentos, exercícios, danças e movimentos típicos e atípicos da cultura quilombola.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria Municipal de Saúde, Equipe Saúde da Família 3 – João Rosalino dos Anjos, Dentista, Educadora Física da Saúde, Enfermeira.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Secretaria Municipal de Educação, Escola Municipal Esperança, Secretaria Municipal da Cultura, esportes e lazer, Membros da Comunidade quilombola.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Quando elaboramos a ação, a Equipe de Saúde da Família foi acionada, a Enfermeira Eunice Maria de Souza, sendo membro da comunidade e filha do Senhor José Fernando de Souza e a Educadora Física Maria Linetti Soares de Oliveira, se reuniram com representantes e planejaram a ação junto a eles e a comunidade escolar.

Principais resultados alcançados

Foi uma comemoração inesquecível, o dia da consciência negra – 20 de novembro, a apresentação do momento musical, com a dança realizada pelas crianças e adolescentes estudantes da comunidade. As representações e apresentações são realizadas em diversos eventos da cidade, e em encontros das comunidades quilombolas em outras cidades. O depoimento com a história do surgimento da comunidade pelo Sr. José Fernando, conversando com os presentes, tirando as dúvidas, contando suas histórias beirou um momento poético, sua doçura, sua fortaleza, raça e seu exemplo, enche a toda a cidade de orgulho. A prática de atividade física orientada, foi o encerramento do evento, seguido de um lanche saudável. Por meio da Promoção da Saúde foi abordada a importância das práticas de atividades físicas orientada, para prevenção de doenças, melhoria da qualidade de vida, do cognitivo, motor e melhora a saúde mental. Houve a execução de alongamentos, exercícios, danças e movimentos. No evento, grande parte da população presente, realizaram os movimentos comandados, até mesmo o Sr. José Fernando, já idoso.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A atividade física e a promoção da alimentação saudável junto a uma comunidade onde isso já é um hábito adquirido de seus ancestrais, torna essa oferta mais fácil.

Estar junto a eles nos reporta ao quanto, que a promoção a saúde pode ser empoderadora e libertadora, se uma analogia fosse possível, diria que viver a promoção da saúde possa ser uma forma de liberdade da escravidão dos alimentos não saudáveis, que a atividade física liberta a alma e a alimentação saudável liberta o corpo.

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ATRAVÉS DO PROJETO COZINHA ITINERANTE NOS GRUPOS DE HIPERTENSÃO

Município: Presidente Juscelino

Unidade Regional de Saúde: Sete Lagoas

Autores: Poliana Guimarães Ribeiro

Resumo estruturado

O projeto Cozinha Itinerante vem trazer a elaboração de receitas saudáveis, resgatando costumes e hábitos culturais, promovendo a alimentação saudável e adequada, preconizando os ensinamentos do Guia Alimentar para a população brasileira, 2014. Foram promovidas oficinas culinárias de receitas saudáveis com frutas, verduras, legumes e reaproveitamento de alimentos, através da cozinha itinerante inserido nos

grupos de Hiperdia, realizados no município de Presidente Juscelino. Nas oficinas os participantes eram convidados a participar da preparação das receitas e após o término do preparo das receitas, os participantes eram convidados para degustar, relatar a aceitação das receitas e dizer se iriam reproduzi-las em casa. Os resultados apontaram que o número de participantes dos grupos de Hiperdia aumentaram e que a frequência de participação dos usuários também teve melhora. De 10 receitas elaboradas, 9 tiveram 95% de aprovação dos participantes e apenas 1 receita teve recusa de 50%. Dessa forma o projeto contribuiu efetivamente na melhoria da alimentação saudável da população e consequentemente na promoção da saúde da população.

Objetivo Geral

O projeto Cozinha Itinerante vem trazer a elaboração de receitas saudáveis, resgatando costumes e hábitos culturais que com o tempo foram sendo esquecidos e se tornaram imprescindíveis para a promoção da saúde.

Objetivos específicos

Os objetivos desse projeto foram promover a alimentação saudável e adequada, favorecendo o conhecimento e a autonomia dos participantes na hora das escolhas alimentares e da preparação das receitas, preconizando os ensinamentos do Guia Alimentar para a população brasileira, 2014, fazendo da base da alimentação os alimentos in natura e minimamente processados e evitando o consumo dos alimentos processados e ultraprocessados. Além de resgatar habilidades culinárias e costumes culturais que com o tempo vem sendo esquecidos pela população.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foram promovidas oficinas culinárias de receitas saudáveis com frutas, verduras, legumes e reaproveitamento de alimentos, através da cozinha itinerante inserido nos grupos de hiperdia, realizados nas localidades da Serra, Varginha, Raiz, Laranjeira, Vila São Joaquim, Capão e na zona urbana do município de Presidente Juscelino. As oficinas foram realizadas nas reuniões de hiperdia e eram abertas aos pacientes hipertensos e diabéticos e à participação da população em geral, os equipamentos e ingredientes necessários para elaboração das receitas eram levados até as localidades pela nutricionista. Nas oficinas os participantes eram convidados a participar da preparação

das receitas e durante a realização a técnica explicava as propriedades nutricionais, os benefícios da inserção dos alimentos nas refeições e o período de safra das frutas, verduras e legumes que compõem as receitas. As receitas preparadas foram retiradas e adaptadas do Instrutivo na Cozinha com as Frutas, Verduras e Legumes, 2016, e de e-books de receitas saudáveis. Após o término do preparo das receitas, os participantes eram convidados para degustar, relatar a aceitação das receitas e dizer se iriam reproduzi-las em casa. Nas receitas que não tivessem um bom índice de aceitabilidade eram convidados a dar sugestões do que poderia ser modificado para tornar a receita mais agradável ao paladar. Também era reforçada a importância da melhoria dos hábitos alimentares para ter uma vida mais saudável e da importância do aumento do consumo de frutas, legumes, verduras, alimentos fonte de fibra e da diminuição do consumo de alimentos processados e de se evitar o consumo dos alimentos ultraprocessados.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os parceiros intrasetoriais foram Secretaria Municipal de Saúde, Equipes do ESFs urbano e rural do município de Presidente Juscelino.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não tivemos parceiros intersetoriais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A população participou na elaboração das receitas, colocando a mão na massa, dando sugestões, trocando experiências.

Principais resultados alcançados

Os resultados apontaram que o número de participantes dos hiperdias aumentaram e que a frequência de participação dos usuários também teve melhora, diante da expectativa em aprender receitas novas e levar conhecimento para casa. Dentre as 10 receitas elaboradas, 9 tiveram 95% de aprovação dos participantes e apenas o chips de banana verde teve recusa por parte de 50% dos participantes. Contamos com relatos de participantes que reproduziram as receitas em casa e também repassaram as receitas para vizinhos e parentes. Além disso, observou-se melhoria dos hábitos alimentares da população, a troca de experiências e hábitos culturais, sugestão de trocas de ingredientes e discussão se a troca de alguns ingredientes seria favorável ou não, também houve interação dos participantes, assim como melhoria de peso, hipercole-

terolemia, diabetes, hipertrigliceridemia, dos participantes dos grupos que concomitantemente também recebiam o atendimento nutricional, sendo que o atendimento nutricional não era obrigatório.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O projeto Cozinha Itinerante inserido nos grupos de Hiperdia com elaboração de receitas saudáveis contribuiu efetivamente na melhoria da alimentação saudável da população, proporcionando conhecimento e troca de experiências, favorecendo a alimentação saudável e sustentável, o aproveitamento de alimentos em receitas que até então não tinham sido testadas pelos participantes, evitando o desperdício e consequentemente proporcionando uma alimentação saudável para os participantes e a promoção da saúde. Também favoreceu ao aumento do número de participantes e a frequência dos mesmos nos grupos.

JANEIRO BRANCO: RESGATANDO A INFÂNCIA, REDUZINDO OS DANOS DAS TELAS.

Município: Natércia

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre.

Autores: Vyvian Ambrosino, Fabiana Aparecida Reis Borelli, Geovani Cleyson dos Santos, Maria Geracina de Souza, Bianca Raimundo.

Resumo estruturado

Cada vez mais, as crianças estão expostas a todo tipo de tela, seja através de um celular, tablete, computadores em geral, ou ainda a própria TV. A exposição prolongada pode fazer muito mal para o desenvolvimento das crianças, estar em frente às telas por tempo prolongado – tempo maior que o recomendado pela OMS – pode atrapalhar o desenvolvimento das habilidades sociais e de linguagem da criança, a exposição prolongada aos dispositivos eletrônicos afeta muito o emocional da criança, causando distúrbios emocionais como depressão, ansiedade e, em muitos casos a agressividade. Crianças muito pequenas que são expostas a telas estão suscetíveis ao atraso cognitivo, distúrbio de aprendizado, aumento de impulsividade e diminuição da habilidade de regulação própria das emoções, e, déficit de atenção. Quando a criança fica exposta ao uso das telas por muito tempo, ela perde a oportunidade de praticar habilidades importantes como, por exemplo, manter contato com objetos físicos e a natureza.

Cada vez mais é observado que a prática de brincar está sendo deixada de lado, dessa forma é necessário resgatar os velhos hábitos do simples brincar. A ação foi realizada no período de férias onde as crianças ficam muito ociosas em casa, onde ficam muito expostas as telas.

Objetivo Geral

Reduzir os danos causados pelas telas na infância.

Objetivos específicos

- Reduzir o tempo de exposição às telas;
- Incentivar a prática de atividade física e o ato de brincar;
- Conscientizar pais, responsáveis e crianças sobre os danos das telas;
- Alertar sobre os riscos de uso das redes sociais por crianças, sem a observação dos pais e responsáveis;
- Alertar sobre a Dependência Digital e Uso Problemático das Mídias Interativas;
- Alertar sobre Problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão causados pelo uso excessivo das telas.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foi discutido no grupo colegiado gestor a necessidade da intervenção dos danos causados pelas telas, onde organizou-se a ação do tema em janeiro, alertando sobre a saúde mental das crianças do município.

A ação foi planejada e solicitada a parceria intersetorial do CRAS (Centro de Referência de Assistência Social) e Conselho Tutelar. O CRAS e o Conselho tutelar ficaram responsáveis pelas orientações aos responsáveis e crianças, onde realizaram no início do evento uma dinâmica.

Os profissionais de saúde ficaram responsáveis pelo desenvolvimento das brincadeiras:

- Corrida da bolinha na colher; amarelinha; pula corda; encher recipiente com a esponja; bambolê no cone; corre cutia; vivo morto; dança da cadeira; pintura.

A divulgação foi realizada através das redes sociais e agentes comunitários de saúde convidando todas as crianças do município.

No dia, as crianças foram separadas em equipes e por faixa etárias para participarem das brincadeiras. Todas puderam participar de todas as brincadeiras.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Atenção Primária - Vigilância em Saúde - Gestão

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

CRAS (Centro de Referência de Assistência Social) e Conselho Tutelar.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Muitos pais e responsáveis compareceram com suas crianças para participarem das atividades propostas.

Principais resultados alcançados

O ato de brincar melhora o bem-estar cognitivo, físico, social e emocional. Com as atividades realizadas as crianças tiveram a oportunidade de brincar, correr, pular, se agachar e rolar no chão, ações essas muito importantes não apenas para exercitar os músculos e articulações, mas também para desenvolver o cérebro, bem como puderam aprender sobre a diversidade de possibilidades de brincar, sobre si mesmas e a entender os limites e as possibilidades do próprio corpo. O momento também possibilitou que os pais e responsáveis tivessem acesso a informações alertando aos riscos que as crianças correm com uso excessivo e sem fiscalização dos responsáveis por ela. A ação se mostrou muito produtiva e com uma repercussão positiva na comunidade, que foi acordado novos momentos a serem desenvolvidos.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Estimular a criança a praticar atividades que não necessitam de tecnologia é fundamental, pois quanto mais expostas às telas, mais sedentárias as crianças ficam, já que,

brincam menos ativamente, com isso, ficam expostas a muitos danos, como déficit cognitivo, redução de flexibilidade corporal, bem como a exposição a doenças mentais, além dos riscos de dependência tecnológica. Proporcionar momentos e espaços de lazer e atividades sem uso de tecnologia são fundamentais, é necessário resgatar a infância, resgatar o brincar por brincar, o brincar por contato físico, o brincar de correr, pular e se divertir. As doenças relacionadas ao uso das tecnologias vêm em uma corrente crescente e faz-se necessário o olhar para a saúde mental das crianças no cotidiano no intuito de reduzir agravos.

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA PROPOSTA DE ATIVIDADES COLETIVAS DE PROMOÇÃO À SAÚDE NO ÂMBITO DO SUS NO MUNICÍPIO DE PARÁ DE MINAS

Município: Pará de Minas

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Larissa Marinho Duarte, Flávia Faleiro da Silva, Caio Donizete de Oliveira, Bruna Palhares Preto, Larissa Duarte de Melo Franco, Pedro Henrique Viana Campos, Mônica Hanke.

Resumo estruturado

Os profissionais de saúde que compõem a Equipe Multiprofissional (eMulti) atuam de maneira complementar e integrada às demais equipes da Atenção Primária à Saúde, com atuação corresponsável pela população e pelo território, em articulação interseccional. Como ação prioritária, a eMulti do município de Pará de Minas teve como objetivo desenvolver uma proposta de atividades coletivas considerando a territorialidade e demais princípios da Política Estadual de Promoção da Saúde. Foram realizados encontros frequentes para educação em saúde, atividade física e práticas integrativas e complementares (auriculoterapia). Foi utilizado o espaço cedido em articulação com o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), visando a acessibilidade dos usuários. As atividades possibilitaram maior acesso da população aos serviços de saúde, ampliação do cuidado, melhoria da qualidade de vida, socialização dos participantes e fortalecimento de vínculos com os profissionais de saúde.

Objetivo Geral

Promover atividades coletivas de educação em saúde, atividade física e práticas integrativas e complementares de forma contínua no âmbito do SUS.

Objetivos específicos

- Contribuir para a ampliação do cuidado integral à saúde e a melhoria da qualidade de vida dos usuários.
- Favorecer a socialização dos usuários.
- Fortalecer os vínculos com os profissionais da unidade de saúde.
- Possibilitar maior acesso da população aos serviços de saúde.
- Empoderar os usuários como indivíduos ativos por meio do desenvolvimento de habilidades pessoais e competências relativas à saúde.
- Valorizar os saberes populares e tradicionais e as práticas integrativas e complementares.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Os profissionais da equipe multiprofissional (eMulti) do distrito leste do município de Pará de Minas, entre eles assistente social, farmacêutico, fonoaudiólogo, nutricionista, profissional de educação física e psicólogo, elaboraram um cronograma de atividades coletivas para os usuários das Unidades Básicas de Saúde (UBS) do território. Conforme cronograma, são realizados encontros frequentes para educação em saúde, atividade física e práticas integrativas e complementares (auriculoterapia). Os encontros para educação em saúde ocorrem mensalmente no espaço cedido em articulação com o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS). São abordados temas como alimentação saudável e adequada, saúde mental, saúde auditiva, plantas medicinais, serviços de saúde ofertados pela Secretaria Municipal de Saúde, benefícios da atividade física, bem como outros temas de saúde demandados pelos próprios usuários. Em alguns encontros são utilizados materiais educativos como réplicas de alimentos e informativos impressos. As atividades físicas acontecem duas vezes por semana, em espaço público aberto (Praça da Igreja Nossa Senhora da Conceição), respeitando a orientação mínima da Organização Mundial da Saúde (2010) para treinamento de força muscular. As atividades têm duração de 40 (quarenta) minutos por aula, respeitando a individualidade de cada usuário. Os materiais utilizados na prática de atividade física são disponibilizados pelos participantes, e consiste em elástico de costura, garrafas preenchidas com areia ou água (simulando halteres), bola “dente de

leite” e cabo de vassoura para sustentação. A auriculoterapia acontece semanalmente, nos espaços supracitados, e utiliza materiais cedidos pela Vigilância em Saúde. A prática consiste no uso de sementes de mostarda na região do pavilhão auricular com o intuito de estimular os pontos reflexos para auxiliar na melhoria dos sintomas relatados pelos usuários.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Réplicas de alimentos e informativos impressos para os encontros de educação em saúde, bem como materiais para a prática da auriculoterapia, foram fornecidos pelo setor de Vigilância em Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Foi realizada parceria com o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), da Secretaria Municipal de Assistência Social, que forneceu apoio técnico e disponibilizou o espaço físico para os encontros.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A comunidade participou da avaliação da ação por meio de relato pessoal acerca do aumento do conhecimento acerca da saúde e autocuidado, benefícios observados com a prática de atividades físicas, e efetividade da auriculoterapia com impactos na melhoria da qualidade de vida. Além disso, foi observada adesão às atividades propostas, devido à frequência dos usuários nos encontros.

Principais resultados alcançados

De acordo com os relatos dos usuários, as ações de educação em saúde promoveram maior conhecimento acerca dos serviços ofertados pela Secretaria Municipal de Saúde, bem como promoveu a saúde e o autocuidado ao trabalhar temas como alimentação saudável e adequada, saúde mental, saúde auditiva, uso de plantas medicinais, entre outros. As práticas de atividade física contribuíram para a saúde dos usuários e socialização, com relatos de melhoria da qualidade de vida. Os usuários relataram que a auriculoterapia contribuiu para a diminuição da ansiedade, irritabilidade, dores físicas e/ou emocionais, insônia e outros sintomas que causavam sofrimento e interferiam em suas atividades de vida diária.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

As atividades coletivas de promoção da saúde, ofertadas pela Equipe Multiprofissional (assistente social, farmacêutica, fonoaudióloga, nutricionista, profissional de educação física e psicóloga), foi exitosa. Essas ações possibilitaram maior acesso da população aos serviços de saúde, contribuiu para ampliação do cuidado e a melhoria da qualidade de vida dos usuários, favoreceu a socialização dos participantes e fortaleceu vínculos com os profissionais de saúde.

SAÚDE EM MOVIMENTO

Município: Dom Joaquim

Unidade Regional de Saúde: Itabira

Autores: Talita Mara Soares Fidelis

Resumo estruturado

O Projeto Saúde em Movimento teve início em 02 de setembro de 2023, com um evento aberto a toda comunidade na Praça Waldemar Teixeira e na Tenda São Domingos, para conscientização quanto a importância da prática de atividade física regular. Nesse dia uma equipe multidisciplinar realizou o preenchimento de uma ficha de anamnese, termo de autorização de uso de imagem, aferição de pressão arterial e glicemia, peso, altura e IMC e relação cintura quadril. Além disso, foram realizadas uma aula de exercícios aeróbicos rítmicos, lanche saudável, e quick massage. As pessoas que aceitaram participar ganharam uma blusa de uniforme. Desde então o grupo acontece todas as terças e quintas feiras com supervisão de fisioterapeutas.

Objetivo Geral

Promover a prática de atividade física regular e orientada por profissionais capacitados, de forma gratuita, para a população em geral.

Objetivos específicos

Conscientizar a população quanto a importância da prática de atividade física regular; promover saúde; prevenir, controlar e diminuir as complicações das doenças crônicas não transmissíveis; ajudar no controle de peso e condicionamento físico; diminuir o estresse e sintomas de ansiedade e depressão; promover bem estar e fortalecer laços sociais.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Vigilância; monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Primeiramente foi realizada a avaliação de todos os participantes com ficha de anamnese, hábitos de vida, histórico clínico, glicemia, pressão arterial, índice de massa corporal, relação cintura quadril. Os participantes receberam uma blusa de uniforme, preencheram um termo de autorização de uso da imagem e questionário de prontidão para atividade física (PAR-Q).

As atividades do grupo Saúde em Movimento acontecem duas vezes por semana na sede do município, e devido ao sucesso, foi ampliada para o distrito de São Jose da Ilha e comunidade rural do São João uma vez por semana cada. São desenvolvidas atividades de alongamento muscular, fortalecimento muscular, mobilidade articular, exercícios de equilíbrio, coordenação motora, agilidade, treino funcional, exercícios aeróbicos de caminhada e corrida, exercícios respiratórios e de relaxamento. Além disso, são realizadas dinâmicas para interação social, criação de vínculo entre os participantes e competições e jogos como exemplo, queimada. As atividades são dirigidas por fisioterapeutas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria Municipal de Saúde, disponibilizando três fisioterapeutas, que são os responsáveis pelas atividades. Além de outros profissionais da equipe multidisciplinar para desenvolvimento de ações educativas, monitoramento e campanhas. (exemplo: equipe de enfermagem, psicologia, nutrição, odontologia, endemias, etc.).

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de Cultura, esporte e Lazer com a disponibilização do local. Secretaria Municipal de obras na higienização do local. De setembro de 2023 a dezembro de 2023 havia a parceria com a empresa Anglo American, Embaixadores do Bem e WorkGym. Essa parceria foi finalizada em 31 de dezembro de 2023, e a partir de janeiro de 2024 a Secretaria Municipal de Saúde de Dom Joaquim assumiu o projeto.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. A comunidade participou na decisão e definição dos dias e horários que as atividades são desenvolvidas e foi a pedido da própria comunidade que o projeto foi ampliado para a comunidade rural do São João e Distrito de |São José da Ilha.

Principais resultados alcançados

De acordo com os monitoramentos periódicos (4 em 4 Meses), podemos observar a melhora do bem estar geral dos participantes, diminuição do uso de medicamentos, diminuição do estresse e ansiedade, melhora do IMC, melhora do condicionamento físico global, redução de queixas de dores articulares e musculares, redução de quedas, melhora da auto estima, disposição e interação social. Temos como resultado, também, o aumento do número de participantes regulares.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Concluimos que a melhor forma de ter uma boa saúde física, mental e emocional é conscientizando cada indivíduo que o maior responsável por isso é ele mesmo, através da mudança de hábitos de vida: diminuindo o sedentarismo, tabagismo, introduzindo alimentação saudável e melhorando o convívio social.

GRUPO INFÂNCIA SAUDÁVEL: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ALUNOS DO SERVIÇO ASSISTENCIAL QUITA GUIMARÃES TOLENTINO DE CLÁUDIO-MG

Município: Cláudio

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Fernanda Andrade Silva Rodrigues de Araújo; Leandro Leal de Oliveira; Viviane Valadares Lamounier.

Resumo estruturado

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma importante estratégia que possibilita a capacitação para escolhas saudáveis. O projeto “Infância Saudável” foi desenvolvido no espaço do Serviço Assistencial Quita Guimarães Tolentino (SAQGT) - instituição que acolhe crianças em situação de risco e/ou em vulnerabilidade social, proporcionando a eles atendimentos, projetos e oficinas e favorecendo o desenvolvimento e garantin-

do seus direitos - e envolveu alunos de 7 a 10 anos, matriculados na instituição. Foram coletados dados de peso, altura, IMC/Idade, realizado o diagnóstico nutricional e aplicado marcador de consumo alimentar no início e no fim da intervenção. Realizou-se, também, seis oficinas sobre o tema alimentação saudável. Todos os encontros foram avaliados pelos participantes. Levando em consideração as avaliações realizadas, concluiu-se que as oficinas tiveram boa aceitação. Foi demonstrado que o projeto pôde estimular a consciência de hábitos saudáveis.

Objetivo Geral

Promover a conscientização sobre a importância da alimentação saudável em crianças, incentivando hábitos alimentares positivos desde cedo.

Objetivos específicos

- Educar sobre nutrição: apresentar informações básicas sobre os grupos alimentares, nutrientes essenciais e proporções recomendadas para uma dieta equilibrada.
- Fomentar mudanças de comportamento: estimular a reflexão sobre hábitos alimentares atuais, encorajando pequenas mudanças progressivas em direção a uma dieta mais saudável.
- Promover atividades físicas: enfatizar a importância do exercício físico regular como parte de um estilo de vida saudável.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Vigilância, monitoramento e avaliação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para dar início ao desenvolvimento do projeto, foi realizada uma observação da realidade do local, com levantamento das demandas a partir dos profissionais da instituição. Além disso, foram coletados peso e altura, feito o diagnóstico nutricional e aplicado o marcador de consumo alimentar em cada aluno, no período anterior à intervenção. Feito isso, foram elaboradas ações de EAN efetivadas em 6 encontros. Na primeira oficina, denominada “Como montar um prato saudável?”, foi dada uma explicação sobre montagem de pratos saudáveis através de vídeo e figuras. E, depois, os alunos desenharam pratos saudáveis. Na segunda oficina, com o tema “Carboidrato”, foi dada uma ex-

plicação sobre carboidratos, suas funções e fontes. Depois, realizada uma gincana com brincadeiras envolvendo o nutriente. A terceira oficina contou com o tema “Gordura”. Foi dada explicação através de vídeo infantil e, em seguida, os alunos fizeram a medição da quantidade de açúcar e gordura presentes em alimentos ultraprocessados. A quarta oficina teve como tema “Vitamina e Proteína”, sendo dada explicação sobre tais nutrientes, suas funções e fontes, utilizando cartazes e personagens infantis. Logo após, realizada a “Brincadeira dos Sentidos” na qual cada aluno teve os olhos vendados para descobrir pelo tato e paladar qual alimento estava em suas mãos ou boca. No quinto dia de atividade foi realizada uma “oficina culinária saudável” com a execução de uma receita. Na sexta oficina foi realizada uma “Caça ao Tesouro” para revisão do conteúdo. Os alunos receberam um brinde e fizeram um lanche saudável para a finalização do projeto. Ao final de cada encontro, as crianças avaliaram a oficina através da utilização de escala hedônica facial mista. Após o término das oficinas de EAN, avaliou-se novamente o consumo alimentar dos alunos e foi realizada a antropometria e diagnóstico nutricional dos participantes, como forma de analisar possíveis mudanças, sendo elas positivas ou negativas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os profissionais que participaram das ações foram integrantes da ESF de referência da instituição, sendo eles: enfermeiro atuando no planejamento das ações e servindo como ponte inicial de contato entre ESF, NASF e instituição; e ACS auxiliando nas ações in loco. Além do coordenador do NASF que deu todo o auxílio para a aquisição de materiais necessários para execução do projeto.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Profissionais do Serviço Assistencial Quita Guimarães Tolentino atuaram na execução das ações; e o setor de comunicação da prefeitura que auxiliou na divulgação do projeto e na impressão de materiais utilizados nas oficinas.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

O planejamento ocorreu após observação da realidade do local, com levantamento das demandas a partir dos profissionais da instituição. A execução contou com a participação de profissionais ligados à ESF, NASF e instituição. E a avaliação foi realizada pelos próprios participantes.

Principais resultados alcançados

De acordo com os dados, não foi possível observar alteração no estado nutricional das crianças, o que pode estar relacionado à curta duração do projeto. Foi possível perceber um aumento no consumo de frutas e hortaliças e uma redução quanto ao fato de realizar as refeições assistindo à televisão, mexendo no computador e/ou celular e em relação ao consumo de alimentos industrializados. Levando em consideração as avaliações realizadas, concluiu-se que as oficinas tiveram boa aceitação. Foi demonstrado que o projeto pôde estimular a consciência de hábitos saudáveis.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A intervenção é um passo inicial, mas é importante que o estímulo à alimentação saudável seja contínuo. Trabalhar em grupo é um recurso interessante e os profissionais devem estar atentos para desenvolvimento das atividades de hábitos saudáveis, já que, somente a longo prazo, será possível perceber mudanças positivas no estado nutricional dos indivíduos. O envolvimento da comunidade (pais, profissionais de saúde, instituições, escolas, etc.) potencializará os resultados.

PROMOVENDO SAÚDE ATRAVÉS DO EXERCÍCIO

Município: Ubá.

Unidade Regional de Saúde: Ubá.

Autores: Deyvid Queiroz, Nádia Quintão, Tamires Norberto, Arthur Pereira, Lucas Honório, Rômulo Neto.

Resumo estruturado

A Política Estadual de Promoção à Saúde do Estado de Minas Gerais, por meio da Resolução SES/MG nº 5.250/16, contemplou o Programa de Atividade Física, visando o pleno desenvolvimento humano como um todo e em todas as fases da vida. A presente experiência visa estimular a adoção da população de práticas de vida saudável, por meio da atividade física. O município de Ubá possui atualmente, 18 pontos de prática de atividade física orientada pelos profissionais do município, promovendo ao usuário melhora no condicionamento físico e mental, autocuidado e interação social.

Objetivo Geral

Estimular a adoção de uma vida fisicamente mais ativa pela população.

Objetivos específicos

- Prevenção de doenças crônicas.
- Prevenção de doenças cardíacas e obesidade.
- Estimulo ao sistema imunológico.
- Tratamento da depressão e ansiedade. Melhora da saúde mental.
- Melhora da coordenação motora, flexibilidade e força.
- Diminuição do risco de lesões.
- Avaliar o nível de Atividade Física da população do município de Ubá-MG.
- Promover atividade física no território município de Ubá-MG.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização, Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Vigilância, monitoramento e avaliação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A presente experiência, atualmente é ofertada em 18 pontos focais da cidade de Ubá, atendendo em média 530 pessoas, com o público majoritário de mulheres, com idade de 30 a 90 anos. Os treinos realizados utilizam-se técnicas de alongamento, mobilidade e força. Para os exercícios os usuários utilizam o próprio peso do corpo, bolas, elásticos, dentre outros. O profissional educador físico responsável pelo trabalho, planeja suas ações com base nas características do público alvo, como por exemplo, idade, condicionamento físico, doenças pré-existentes, lesões, restrições ao movimento. As aulas ocorrem 3 (três) vezes por semana em cada ponto focal. As aulas, geralmente, se encerram com uma roda de conversa para ouvir os relatos dos alunos sobre suas evoluções nos treinos. Os grupos são envolvimento em outras categorias da equipe multidisciplinar, como nutricionistas, fisioterapeutas, psicólogos, para orientações de cuidado com alimentação, saúde mental e física, para um cuidado geral do participante. Em parceria com as Estratégias de Saúde da Família, realiza-se a divulgação da atividade na comunidade, como rodas de conversa com o intuito de orientação com relação a doenças e sintomas, informações preventivas, além de programação de atendimentos e de enfermagem para controle de doenças e prevenção.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O serviço se desenvolve em parceria com as equipes de Estratégia de Saúde da Família, onde os ACS realizam a divulgação e busca ativa de usuários para o projeto junto a comunidade. Em parcerias com essas equipes são realizadas rodas de conversa com o intuito de fornecer orientações sobre doenças e sintomas, boas práticas para melhoria da qualidade de vida, além de programação de atendimentos médicos e de enfermagem para controle de doenças e prevenção. Com os demais profissionais da equipe e-mult (psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas) com o objetivo de ofertar um cuidado multiprofissional.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

São parceiros a Secretaria de Cultura, Secretaria de Desenvolvimento Social e o Setor de Comunicação da prefeitura. Além de parcerias com associações de bairro, comércios, líderes religiosos e das comunidades atendidas.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A participação da comunidade ocorre na divulgação das ações de atividade física nos territórios, bem como nas rodas de conversa onde são avaliadas as estratégias e evolução nos treinos aplicados.

Principais resultados alcançados

O município de Ubá conta atualmente com 18 pontos de prática da presente experiência, tendo em média de frequência de 80% dos alunos. Os principais resultados alcançados são na qualidade de vida dos usuários, melhora da postura, mobilidade, diminuição de dores, diminuição de quedas em casa ou nas ruas, aumento da resistência, melhora do condicionamento físico e autoestima e da convivência social, controle de doenças crônicas.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Os relatos e as declarações feitas pelos alunos, reforçam que os grupos de atividade física tratam-se de uma experiência exitosa, tanto na parte de condicionamento físico

quanto também na interação social, reforçando a importância da atividade física na vida das pessoas. Conclui-se que esses grupos devem ser ampliados e ofertados em mais locais da cidade, para que mais pessoas sejam atendidas e também consigam uma melhora na qualidade de vida.

GRUPO DE ATIVIDADES FÍSICAS “CAMINHANDO PELA VIDA”

Município: Fortaleza de Minas

Unidade Regional de Saúde: Passos

Autores: Paulene das Dores Cirino. Lucelia Aparecida Proenca Santos. Dalvan Souza Lopes

Resumo estruturado

O grupo de atividades físicas existe no município de Fortaleza de Minas há pelo menos 15 anos, a princípio com o nome de Saúde e Forma, atualizado em 2022 por “Caminhando pela Vida”. Suas atividades são vinculadas ao PSF Ponciana Gomes de Oliveira, sob a coordenação da Secretaria Municipal de Saúde. Acontecem as atividades de caminhadas pelas ruas da cidade, no Ginásio Poliesportivo e no Clube Municipal, e outras atividades como alongamento, funcional, dança além de outras atividades como educação em saúde com nutricionista, enfermagem, fisioterapeuta. Existe vínculo entre os participantes e são promovidos encontros sociais como confraternização, passeios. Conta com educador físico responsável por conduzir as atividades, adequando de acordo com a realidade e as condições dos participantes, participação de agentes comunitárias de saúde, organização pela enfermeira do PSF sob a coordenação da Secretaria Municipal de Saúde e vínculo intersetorial com a gestão municipal e Secretaria Municipal de Esportes.

Objetivo Geral

Proporcionar à comunidade práticas corporais que promovam melhores condições de saúde e bem estar físico e mental e melhor qualidade de vida e saúde e bem estar, melhorando assim a autoestima e também o convívio social.

Objetivos específicos

- Estimular a prática de atividade física com profissional capacitado;
- Promover interação entre as pessoas nas atividades coletivas;

- Incentivar a socialização e o bem estar das pessoas
- Valorizar a participação da comunidade junto à equipe de saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância; monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes, Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O grupo é dirigido por Educador Físico que propõe ao grupo as atividades, entre caminhadas, alongamento, funcional. O ponto de partida é o Ginásio Poliesportivo Municipal, onde também acontecem as atividades na quadra com música, colchonetes, cones, entre outros utensílios necessários para as atividades. Durante as visitas domiciliares as ACS convidam os moradores para a atividade física, durante os atendimentos no PSF, e há convite também nas redes sociais oficiais da prefeitura, mas observa-se que o convite de um participante a outro é a melhor forma. Uma ACS fica responsável por preencher a lista de presença, repassada à enfermeira do PSF no final de cada mês para lançamento das atividades coletivas no E-SUS. O vínculo do profissional é através de credenciamento e as compras de utensílios são feitas pela Secretaria Municipal de Saúde. Às 07:00h o educador físico e a ACS realizam o acolhimento dos participantes e inicia as atividades, com duração até às 08h. “É considerada a idade e as condições de saúde de cada participante. No acolhimento, se a pessoa informa que há problemas de saúde, encaminho à consulta médica para avaliar a aptidão para a atividade, porém procuro propor atividades respeitando a individualidade e o limite de cada um”; relato do educador físico atual, Dalvan Lopes (2024). Há vínculo direto com o PSF, com participação da equipe multiprofissional de formas eventuais: equipe de enfermagem para aferição de pressão arterial e orientações; palestra da nutricionista, participação do fisioterapeuta.

Há parcerias entre os setores da administração direta e da saúde; além de integração com escolas, quando professores e alunos participam do grupo mediante convite/evento. Há também integração com setores de lazer, como confraternização em pousada do município, organizada e oferecido transporte pela gestão municipal. O grupo de “Caminhando pela Vida” sempre apoia e participa de outros eventos da Atenção Primária à Saúde, como Setembro Amarelo, Outubro Rosa, Novembro Azul, entre vários outros. Para o ano de 2024 há plano de ação com proposta de participação regular da nutricionista para acompanhamento do peso corporal e adipometria, e presença mais frequente da equipe de enfermagem na aferição da pressão arterial, além de confraternização.

ternização, bingo e lanches de forma mais frequente. O grupo de atividades físicas “Caminhando pela Vida” conta hoje com a média de 25 participantes. A maioria tem mais de 60 anos, formado por aposentados e donas-de-casa, maioria mulher. Para realização dessa apresentação foi aplicado questionário dirigido, com dados pessoais, contudo, a identidade preservada, utilizando as iniciais, dados como sexo, idade, se possui comorbidades, se possui alguma limitação das condições de saúde, e respostas abertas quanto ao motivo de participar do grupo, tempo que participa e o que mudou em sua vida após sua participação. Também foram coletados depoimentos com gravação de vídeo, mediante autorização da exposição da imagem, e fotos dos momentos vivenciados em grupo.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

A Secretaria Municipal de Saúde é quem coordena as ações e ferramentas de trabalho para que as ações aconteçam. A secretária de saúde está sempre presente no planejamento do grupo. No PSF a enfermeira é responsável pelo planejamento das ações da E-Multi e registro no E-SUS das atividades coletivas. A ACS Lucelia e Rosana participam ativamente do grupo e organizam a lista de presença.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

A Secretaria Municipal de Esportes, Secretaria Municipal de Educação, Setor de Transportes, Administração direta, Pousada (Lazer).

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. O grupo que apresentava boas condições da comunidade e atualmente tem em média 25 participantes, é composto por pessoas ativas da comunidade e foram informados da intenção da SMS em participar da Mostra de Experiências em Promoção da Saúde e prontamente se dispuseram a participar do questionário, a prestar informações relativos à sua participação.

Principais resultados alcançados

Em conformidade com a Nota Técnica do Ministério da Saúde, Brasil (2022) promover e fortalecer as ações de atividade física, sobretudo na Atenção Primária à Saúde (APS), tem a finalidade de colaborar para impactar de forma positiva nas condições de saúde da população, sendo considerada um importante fator de promoção e proteção à

saúde, além de colaborar com o diagnóstico, tratamento, recuperação e prevenção e redução das doenças das condições crônicas não transmissíveis.

Diversos estudos comprovam que a baixa regularidade de atividade física tem relação com diversos agravos à saúde, como vários tipos de câncer, o avanço da incidência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's), e riscos à saúde mental, dentre outros. Dessa maneira, a baixa frequência e inatividade física impactam na saúde pública, gerando prejuízo econômico para o Sistema Único de Saúde (SUS), nos altos custos para a Atenção Secundária e Terciária, resultantes dos fatores de risco que poderiam evitados e/ou amenizados pela adoção de hábitos de vida mais ativos e saudáveis (BIELEMANN et al, 2015). No decorrer de todos esses anos observa-se como resultado: satisfação e vínculo entre os participantes, regularidade e frequência. Há relatos de participantes que melhoraram sua condição física e mental, maior autoestima. Houve relatos também de que os passeios sociais trazem alegria. A equipe também se mostra participativa e relata carinho com os participantes e que se sentem valorizados quando o convite feito é aceito. Também houve relatos de satisfação em entender que as pessoas estão procurando de forma ativa qualidade de vida. O profissional diz que se sente realizado profissionalmente e que tem alegria em preparar e acompanhar as atividades coletivas, vendo que seu trabalho contribui de forma positiva para a vida das pessoas e que é tratado de forma respeitosa e com carinho pelos participantes. Ter profissional capacitado e oferecer atividades em conformidade com o público alvo também é uma realização por parte da Secretaria Municipal de Saúde, pois garante à comunidade uma atividade adequada. Apresentar essa experiência também traz valorização da equipe e satisfação em realizá-la.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conforme já citado anteriormente as publicações do Ministério da Saúde, seguindo de confirmação da Organização Mundial da Saúde (2020), são diversos os benefícios de se praticar atividade física de modo regular: A atividade física é boa para o coração, o corpo e a mente. A atividade física regular pode prevenir e ajudar a controlar doenças cardíacas, diabetes tipo 2 e câncer, que causam quase três quartos das mortes em todo o mundo. A atividade física também pode reduzir os sintomas de depressão e ansiedade e melhorar o pensamento, a aprendizagem e o bem-estar geral (OMS, 2020, p.1). Baseado nas diretrizes e normas técnicas que norteiam os municípios para a realização das atividades físicas, considerando a necessidade de profissional capacitado para se adequar de acordo com o público alvo; no município de Fortaleza de Minas há o profissional de educador físico, responsável pelo grupo Caminhando pela vida. Há também apoio do Fisioterapeuta que compõe a equipe E-multi da Atenção Primária à Saúde (APS). A integralidade do cuidado e o respeito à vida, às pessoas faz parte das rotinas da Equipe do PSF Ponciana Gomes de Oliveira, com total apoio da Secretaria Municipal de Saúde; além de relações intersetoriais da administração pública que contribuem de forma positiva para a realização das ações.

O registro correto também potencializa o recebimento de recursos que são investidos em melhorias para as práticas de atividades físicas e outras ações de promoção à saúde.

GRUPO OPERATIVO CHÁ DA TARDE : UMA PROSA COM SUA EQUIPE DE SAÚDE- SAÚDE – EIXO ATENÇÃO PRIMÁRIA E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Município: Itabirito

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: Matheus Augusto de Araújo Baeta Vaz

Resumo estruturado

Trata-se de grupo operativo realizado mensalmente pela estratégia de saúde da família e equipe multidisciplinar para população geral de uma equipe de saúde com intuito de promoção e prevenção de saúde através de oficinas, dinâmicas e palestras.

Objetivo Geral

Garantir os princípios básicos do SUS e realizar os atributos da atenção primária à saúde.

Objetivos específicos

- Otimizar o acesso da população à equipe de saúde
- Manter contato longitudinal com a população.
- Garantir a integralidade no cuidado, abordando questões objetivas e subjetivas do processo de saúde-doença.
- Estabelecer uma maior aproximação com a comunidade através de cuidados com a saúde fora do ambiente físico da unidade básica de saúde.
- Promover orientação comunitária e educação em saúde de qualidade científica.
- Fortalecer a aproximação com a cultura da população.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Grupo Chá da Tarde é realizado por meio de encontros mensais no Salão Comunitário do Bairro Santo Antônio, em Itabirito, Minas Gerais, sempre na última quinta-feira útil de cada mês. Cada encontro é coordenado por um profissional de saúde, em um sistema de rodízio que envolve médicos, enfermeiras, técnicos de enfermagem, agentes de saúde e profissionais da equipe multidisciplinar. Em cada encontro, é escolhido um tema a ser abordado no próximo encontro. Geralmente, o grupo inicia-se com a preparação de um chá ou infusão de algum produto natural, seguido pela discussão das propriedades medicinais daquele chá ou planta. Posteriormente, um tema relacionado à saúde é discutido. A disposição das cadeiras em círculo é realizada para facilitar a interação entre os participantes, e as palestras são dinâmicas, envolvendo a participação direta dos envolvidos em atividades como:

- Avaliação de rótulos de alimentos;
- Orientação sobre preparos de temperos saudáveis e redução de sódio;
- Informações sobre os órgãos do corpo e cuidados adequados;
- Dinâmicas para relaxamento e movimentos corporais com música; Sessões de alongamento e atividade física;
- Palestras sobre envelhecimento saudável com dinâmicas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Cada encontro é coordenado por um profissional de saúde, em um sistema de rodízio que envolve médicos, enfermeiras, técnicos de enfermagem, agentes de saúde e profissionais da equipe multidisciplinar (Educador físico, fisioterapeuta, nutricionista, psicólogo, farmacêutico).

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de comunicação. Divulgação para população.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. Através dos feedbacks fornecidos no final das intervenções, os participantes expressam palavras como conhecimento, diversão, saúde, bem-estar, tratamento, relaxamento, entre outros termos positivos.

Principais resultados alcançados

O projeto se destaca como uma ferramenta essencial para garantir o cuidado integral à saúde da população, melhorando o acesso aos serviços de saúde. Além disso, contribui para a desconstrução do modelo biomédico de assistência, promovendo o compartilhamento de conhecimentos de diversas áreas da saúde. O projeto também desempenha um papel crucial no monitoramento do território, proporcionando um momento valioso para a comunidade interagir com a equipe de saúde e trocar conhecimentos. Ao ocorrer em um local comunitário, o projeto ajuda a reduzir barreiras e receios relacionados ao ambiente físico da unidade básica de saúde e seus consultórios. Esses impactos diretos resultam em benefícios claros para a promoção, prevenção e educação em saúde, fortalecendo os vínculos entre a equipe de saúde e os pacientes, o que, por sua vez, promove maior adesão aos tratamentos, especialmente os não farmacológicos. As melhorias alcançadas incluem o fortalecimento do autocuidado e o aumento do conhecimento sobre o processo saúde-doença. O projeto capacita a população, proporcionando maior entendimento sobre a própria saúde e os cuidados necessários para preservá-la ou recuperá-la. A média de participantes em cada evento é de 25 integrantes, indicando um ambiente bem sucedido de confraternização, educação e cuidados integrais à saúde.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Percebe-se uma participação frequente da população, resultando no estabelecimento de vínculos sólidos com a equipe e na disseminação de conhecimentos verdadeiros. Através dos feedbacks fornecidos no final das intervenções, os participantes expressam palavras como conhecimento, diversão, saúde, bem-estar, tratamento, relaxamento, entre outros termos positivos. A avaliação subjetiva da equipe indica uma boa interação com a população, melhor divulgação dos serviços oferecidos na unidade e aprimoramento do acesso aos profissionais.

Contudo, há alguns desafios a serem considerados, como a limitação geográfica da participação de populações mais distantes, uma vez que o grupo ocorre em apenas um dos bairros adscritos da equipe. Além disso, o horário comercial em que o grupo é realizado impede a participação frequente de estudantes e trabalhadores. Esses fatores limitadores são aspectos importantes a serem considerados para aprimorar a inclusão e a acessibilidade do projeto.

DIA D DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

Município: Betim

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: Anacele de Oliveira Silva Menezes; Daniele Dias Honorato; Ingrid Werneck Linhares; Tatiane de Oliveira.

Resumo estruturado

A prefeitura de Betim/MG realizou no mês de setembro de 2023 o Dia D de Promoção da Saúde que teve como principais objetivos ofertar o acesso da população a diversas políticas públicas relacionadas à promoção da saúde, que consiste em um conjunto de estratégias voltadas para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e coletividades, podendo ser executada por meio de políticas, estratégias, ações e intervenções com o objetivo de atuar sobre os determinantes sociais de saúde, de forma intersetorial e com participação popular, favorecendo escolhas saudáveis pela população do território (PNPS, Brasil, 2017). Este relato de experiência tem como objetivo descrever as atividades de educação alimentar e nutricional voltadas para o público infantil e adulto que foram executadas durante o evento e que contribuem para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável - PAAS.

Objetivo Geral

Promover a divulgação e o acesso dos munícipes às ações de Promoção da Saúde realizadas pelos programas estratégicos do SUS Betim.

Objetivos específicos

- Realizar e fortalecer a cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional no SUS Betim;
- Realizar ações relacionadas à Promoção da Alimentação Adequada e Saudável;

- Realizar ações relacionadas à Saúde da Mulher;
 - Realizar ações relacionadas à Promoção de práticas corporais;
 - Realizar ações relacionadas à Prevenção de Doenças Infecto contagiosas;
- Realizar ações relacionadas à Saúde Bucal.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional, Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes, Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Dia D de Promoção da Saúde foi realizado no dia 23 de setembro de 2023 na Escola Municipal Israel José Carlos – CAIC no período de 9:00 às 15:00 horas. Durante a organização do evento foram realizadas diversas reuniões intersetoriais com a participação da Secretaria Municipal de Saúde, Secretaria Municipal de Comunicação, Secretaria Municipal de Assistência Social, Segurança Pública, dentre outros parceiros que foram convidados para participar das ações de PAAS, como o SESC/MG, através do Programa Mesa Brasil e o Banco de Alimentos da Prefeitura de Betim/MG. O SESC/MG possui o Projeto Mesa Brasil que é um Banco de Alimentos referência na doação de alimentos e, também, no desenvolvimento de ações educativas que contribuem para a redução do desperdício de alimentos, minimização dos impactos da insegurança alimentar e fomento na formação e melhoria dos hábitos alimentares do público atendido. Na ocasião do evento, foi executado o Projeto Turminha do Mesa, com foco no público infantil da faixa etária de 2 a 6 anos. A metodologia da ação se deu por meio de diversas atividades como: jogos lúdicos como a caixa sensorial dos alimentos, oficina culinária, distribuição de doces preparados com frutas sem adição de açúcar, doação de livros com receitas nutritivas, realização de palestras com a presença de mascotes que atraiu a atenção das crianças e abordou temas para conscientizar sobre a importância da alimentação saudável. Foram ofertadas 100 vagas distribuídas em quatro oficinas. A equipe do Banco de Alimentos da Prefeitura de Betim, que faz parte da Superintendência de Proteção Alimentar, também esteve presente no Dia D. Este equipamento de Segurança Alimentar e Nutricional oferta o serviço de captação de alimentos dos setores público ou privado e realiza a distribuição dos mesmos para instituições e indivíduos em situação de vulnerabilidade social. Foram executadas as seguintes atividades: apresentação das ações da instituição, distribuição de material informativo com orientações sobre o aproveitamento integral dos alimentos in natura e minimamente processados e degustação de doce de frutas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Responsáveis técnicos das políticas públicas de saúde do SUS Betim; Unidades Básicas de Saúde; Serviço de Prevenção e Assistência a Doenças Infecciosas - SEPADI / Betim.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

- Secretaria Municipal de Comunicação;
- Secretaria Municipal de Assistência Social;
- Secretaria Municipal de Educação;
- Secretaria Municipal de Esportes;
- Superintendência de Eventos;
- Superintendência de Proteção Animal;
- Superintendência de Proteção Alimentar - Banco de Alimentos;
- Polícia Militar de Minas Gerais;
- Receita Federal;
- Grande Loja Maçônica de Minas Gerais;
- SESC/MG.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

As Lojas maçônicas locais participaram do evento com o objetivo de realizar uma ação solidária e estiveram presentes em todas as etapas (planejamento e execução) apoiando com insumos e voluntários.

Principais resultados alcançados

Em relação aos resultados alcançados é relevante citar o fortalecimento do trabalho intrasetorial, intersetorial e interinstitucional no SUS Betim, bem como a participação considerável da população que teve a oportunidade de acessar várias políticas públicas que contribuem para a promoção da saúde, com ênfase nesse relato de experiência para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável - PAAS. As ações realizadas pelo Projeto Turminha do Mesa do SESC/MG incentivou a aquisição e a manutenção de uma alimenta-

ção equilibrada que é fundamental para proporcionar o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial adequado do público infantil, bem como prevenir doenças crônicas não transmissíveis. As atividades efetivadas pelo Banco de Alimentos da Prefeitura de Betim conscientizaram para a necessidade de reduzir o desperdício de alimentos, minimizar a insegurança alimentar e nutricional da população e estimular às práticas culinárias que também contribuem para o autocuidado dos sujeitos e a formação de bons hábitos alimentares.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Foram realizadas diversas ações intersetoriais no Dia D de Promoção a Saúde organizado pela Prefeitura de Betim. Este relato de experiência teve como objetivo descrever as ações voltadas para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável - PAAS. Tais ações poderão contribuir para o maior empoderamento dos indivíduos em relação à capacidade de fazer melhores escolhas alimentares, conforme preconizado nos Guias Alimentares da População Brasileira para adultos e crianças menores de 2 anos de idade (Brasil, 2014; 2019), a fim de prevenir carências nutricionais específicas, desnutrição, sobrepeso/obesidade e doenças crônicas não transmissíveis. As atividades também fortaleceram a garantia do Direito Humano a Alimentação Adequada - DHAA, previsto em vários dispositivos legais, com a Constituição Federal (Brasil, 1988). É importante ressaltar que o planejamento e a execução de ações de educação alimentar e nutricional para a PAAS já fazem parte nas rotinas das equipes de saúde do SUS Betim/MG e devem ser continuamente fortalecidas e intensificadas.

LINHA DE CUIDADOS DA ESTRATÉGIA NACIONAL DE PREVENÇÃO E ATENÇÃO À OBESIDADE INFANTIL NO MUNICÍPIO DE DIVINÉSIA-MG.

Município: Divinésia

Unidade Regional de Saúde: Ubá

Autores: Thais da Silva Almeida

Resumo estruturado

INTRODUÇÃO: A Estratégia Nacional de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil (PROTEJA) foi implementada no município de Divinésia-MG devido ao alto índice de obesidade na população local. A gestão municipal liderou e proporcionou o processo de implementação, apoiada pela Secretaria Municipal de Saúde e Prefeitura. O objetivo do conjunto de ações foi promover saúde e minimizar a prevalência e incidência da doença.

DESENVOLVIMENTO: As ações foram iniciadas com metas de atendimento individual, incluindo avaliações antropométricas e orientações sobre alimentação saudável e exercícios físicos. Houve posteriormente a formação do Grupo de Trabalho Intersetorial (GTI) para integração das ações essenciais e complementares entre diferentes secretarias, além da capacitação de profissionais da saúde e educação, promoção de atividades educativas e nutricionais em escolas e espaços públicos. Adicionalmente, iniciativas como a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil e fortalecimento da agricultura urbana foram implementadas. Com o desenvolvimento e o crescimento do programa no município, também foram ofertadas atividades aquáticas e auriculoterapia para crianças com obesidade. Os profissionais foram capacitados e orientados no contexto do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

CONCLUSÃO: O PROTEJA teve impacto significativo em Divinésia-MG, promovendo não apenas redução da obesidade infantil, mas mudanças culturais em hábitos alimentares e promoção de atividades físicas. Resultados positivos não se limitaram às estatísticas de saúde, mas incluíram melhorias na qualidade de vida, autoestima e desempenho acadêmico das crianças. O programa estabeleceu um alicerce sólido para a contínua luta contra a obesidade infantil, inspirando soluções inovadoras e sustentáveis para o futuro. Este resumo evidencia a abordagem holística e interdisciplinar adotada em Divinésia-MG para lidar com a obesidade infantil, destacando os resultados positivos alcançados e a importância da colaboração entre diferentes setores da comunidade.

Objetivo Geral

Reduzir a prevalência e incidência de obesidade infantil no município de Divinésia-MG.

Objetivos específicos

- Identificar marcadores relacionados ao diagnóstico (peso, altura, índice de massa corporal);
- Orientar crianças e seus responsáveis sobre hábitos saudáveis e de controle da obesidade;
- Incentivar a prática de exercício com a implementação de ações junto a Secretaria de Saúde, Secretaria de Esporte, Lazer e Cultura, CRAS, Secretaria de Agricultura e Secretaria de Educação;
- Controlar aspectos psicossomáticos através da auriculoterapia.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

- 1)** Monitorar o estado nutricional e os marcadores de consumo alimentar de crianças e gestantes, de acordo com os documentos oficiais do Ministério da Saúde, ocorreu entre 22/06/2022 e 22/06/2023. Participaram desta ação profissionais do setor da saúde (nutricionista e fisioterapeuta).
- 2)** Ofertar cuidado multiprofissional individual e coletivo na APS para gestantes com excesso de peso pré-gestacional ou ganho de peso gestacional excessivo, de acordo com os documentos oficiais do Ministério da Saúde, ocorreu entre 25/03/2022 e 02/08/2023. Participaram desta ação profissionais do setor da saúde (médico, nutricionista, enfermeira e professor de educação física).
- 3)** Ofertar cuidado multiprofissional individual e coletivo na APS para crianças e adolescentes com diagnóstico de sobrepeso e obesidade, de acordo com os documentos oficiais do Ministério da Saúde, ocorreu entre 11/01/2023 e 20/11/2023 (mantêm). Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, fisioterapeuta, enfermeira, médico e professor de educação física).
- 4)** Elaborar o passo a passo para a implementação do Proteja, ocorreu entre 02/05/2022 e 25/08/2022. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, gestora e fisioterapeuta), além dos de educação, agricultura e serviço social.
- 5)** Incluir no plano municipal de saúde metas de prevenção e atenção à obesidade infantil pactuadas nas instâncias formais de gestão e controle social do SUS, incluindo representantes de outros setores da gestão pública, ocorreu entre 19/10/2022 Participaram desta ação profissionais do setor saúde (gestores).
- 6)** Articular intersetorialmente com os diversos setores afins para a gestão local do Proteja, ocorreu entre 02/05/2022 e 08/11/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, gestora e fisioterapeuta), além dos da educação, agricultura e serviço social.
- 7)** Implementar, fortalecer e/ou expandir a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil (EAAB) no município, ocorreu entre 03/05/2023 e 30/06/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, enfermeira, fisioterapeuta e serviço social).
- 8)** Realizar ações individuais e coletivas de educação alimentar e nutricional e de atividade física na UBS e outros espaços públicos para crianças, adolescentes e gestantes, ocorreu entre 02/03/2022 e 20/11/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, professor de educação física, fisioterapeuta e psicólogo), além dos profissionais de educação (professores), agricultura e do CRAS (professores de balé, karatê e yoga).
- 9)** Realizar ações de educação alimentar e nutricional e de atividade física nas escolas, principalmente por meio do PSE, ocorreu entre 02/03/2022 e 20/11/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista e professor de educação física), educação (nutricionista, professores e supervisor).
- 10)** Garantir a realização de pelo menos 15 minutos de atividade física por dia, para além das aulas de educação física curriculares, em todas as escolas e em todos os níveis de ensino,

ocorreu entre 16/08/2023 e 20/11/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (fisioterapeuta, nutricionista e gestora de saúde) e da educação (nutricionista e supervisor).

11) Qualificar profissionais da educação, da APS, incluindo agentes comunitários de saúde, e da assistência social, sobre obesidade infantil, com base nos manuais, guias e protocolos do Ministério da Saúde, ocorreu entre 05/09/23 e 08/11/23. Participaram desta ação profissionais da saúde (fisioterapeuta, nutricionista e gestora de saúde).

12) Realizar campanhas institucionais nos meios de comunicação de massa sobre a obesidade infantil, ocorreu entre 27/09/23 e 27/10/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (fisioterapeuta).

13) Disponibilizar materiais impressos e digitais do Proteja e de diretrizes oficiais do Ministério da Saúde para a alimentação adequada e saudável e para a atividade física nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Polos de Academia da Saúde, hospitais e escolas, ocorreu entre 16/09/23 08/11/2023. Participaram profissionais da saúde (fisioterapeuta, nutricionista, serviço social e professor de educação física).

14) Atender ao que determina o artigo 22 da Resolução nº 06 de 08/05/20 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) sobre o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). 22 É proibida a utilização de recursos no âmbito do PNAE para aquisição dos seguintes alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes e refrescos artificiais, bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha, chás prontos para consumo e outras bebidas similares, cereais com aditivo ou adoçado, bala e similares, confeito, bombom, chocolate em barra e granulado, biscoito ou bolacha recheada, bolo com cobertura ou recheio, barra de cereal com aditivo ou adoçadas, gelados comestíveis, gelatina, temperos com glutamato monossódico ou sais sódicos, maionese e alimentos em pó ou para reconstituição, ocorreu entre 02/03/2022 e 20/11/2023. Participaram profissionais da educação (nutricionista) e da agricultura (secretário da agricultura).

15) Promover e apoiar a agricultura urbana, hortas em ambientes institucionais, como escolas e serviços de saúde, e em espaços comunitários, ocorreu entre 02/05/2023 e 20/11/2023. Participaram desta ação profissionais da saúde (fisioterapeuta, nutricionista e gestora de saúde) da educação (nutricionista) e da agricultura (secretário da agricultura).

16) Mapear e qualificar espaços já existentes e, se necessário, criar novos espaços para a prática de atividade física, ocorreu entre 11/05/2022. Participaram desta ação profissionais da saúde (nutricionista, fisioterapeuta, gestora de saúde) da educação (nutricionista e secretária da educação).

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Fisioterapeuta, Nutricionista, Professor de Educação Física, Assistente Social, Psicólogo e Gestores.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de Saúde, Secretaria de Esporte, Lazer e Cultura, CRAS, Secretaria de Agricultura e Secretaria de Educação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

As ações propostas pelo PROTEJA permitiram redução da massa corporal das crianças, conscientização dos responsáveis sobre os riscos relacionados à obesidade infantil, redução da prevalência e incidência da doença no município, além da maior adesão à estratégia por conta da ampliação das opções de atividades.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O tempo estipulado foi cumprido e o PROTEJA agregou imensurável valor ao município de Divinésia-MG. Compreender a complexidade envolvida com a obesidade infantil e combater de maneira sistematizada e eficaz o problema trouxe à gestão e aos profissionais conhecimento, maturidade e sensação de dever cumprido. Embora muitos desafios ainda devam ser superados, houve grande mobilização e resultados satisfatórios no ponto de vista da equipe, das crianças e dos seus responsáveis.

CORPO EM MOVIMENTO

Município: Varzelândia

Unidade Regional de Saúde: Januária

Autores: Cirlânia Ruas Rocha/Talynni Alves Lima/Sebastiana Ferreira de Oliveira Bandeira.

Resumo estruturado

A equipe multiprofissional desenvolve práticas de atividades corporais integrativas e físicas com ênfase na promoção e prevenção a saúde. As atividades são praticadas

em grupos de dança (zumba) e alongamento. Com oferta de informações e avaliação nutricional dos participantes.

Objetivo Geral

Ofertar através das práticas integrativas e corporais uma qualidade de vida melhor para a população em geral.

Objetivos específicos

Conscientizar a população sobre a importância de praticar atividade física e ter acesso a informação nutricional, visando a mudança e melhora da saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Educação e Formação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

No polo acadêmico da saúde no município de Varzelândia é desenvolvido através de grupos de roda de conversa, de caráter nutricional e práticas de atividades físicas envolvendo dança e alongamentos; com boa adesão e frequência da população nas ações desenvolvidas com música e motivação do público.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

As unidades de atenção primária através dos ACS para captação da população de suas micro áreas; Coordenação Regional de Saúde de Januária através de orientações e apoio para a implementação das ações no município.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Temos parcerias com as Secretarias de Serviço de Limpeza Urbana, Secretaria de Educação, Assistência Social, CAPS e Equipe Multiprofissional.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, temos interação entre os usuários e os profissionais na escolha e execução das atividades a cada início de formação de grupos, sendo realizada uma reunião com os integrantes para análise do perfil e diálogo.

Principais resultados alcançados

Aumento na implantação e adesão de usuários em todas as unidades de saúde do município (grupos de idosos, grupos com adolescentes e população em geral).

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Constatamos que a oferta de informações e serviços voltados para a qualidade de vida da população através da implementação de práticas integrativas e corporais surtiram efeitos positivos com grande adesão da população em geral e usuários com quadros de transtornos mentais, os quais tivemos relatos de familiares sobre mudança de comportamento deste público, onde os mesmos estão menos agitados.

DESMITIFICANDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Município: Salinas

Unidade Regional de Saúde: Montes Claros

Autores: Aryele Oliveira Santos; Flávia Daniella Duarte; Vagna Franca Oliveira

Resumo estruturado

Introdução: Para ampliar a autonomia das pessoas durante suas escolhas alimentares e para exigirem o cumprimento do direito humano à alimentação adequada e saudável é fundamental o acesso a informações confiáveis e consistentes, respeitando a identidade e a cultura alimentar da população. A adoção de hábitos alimentares saudáveis não se trata apenas de uma escolha individual, sendo influenciada por diversos fatores. A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (Pnan) reconhece a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) como uma das ações que compõe a diretriz de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS). A implantação dessa diretriz da Pnan se fundamenta nas dimensões de incentivo, apoio, proteção e promoção da saúde e deve combinar diversas iniciativas, como

o trabalho aqui desenvolvido. Atualmente, a grande repercussão do tema da alimentação e saúde e a crescente quantidade de notícias veiculadas exigem o desenvolvimento de habilidades pessoais para favorecer escolhas saudáveis. Comumente, a publicidade tende a enfatizar alimentos específicos, propagados como “superalimentos” e dietas com promessa de efeitos milagrosos no corpo e na saúde, induzindo modismos e padrões de comportamento alimentar não usuais que muitas vezes podem causar riscos à saúde. (Desmistificando a alimentação e nutrição) Metodologia: Será elaborado informativos impressos e divulgação em rede social oficial do Município de Salinas mensal sobre temas já definidos sobre alimentação e nutrição.

Objetivo Geral

Desmistificar dúvidas sobre alimentação e nutrição baseado no guia alimentar para população brasileira.

Objetivos específicos

- Esclarecer dúvidas, recomendações e discursões em constatare evidência na mídia sobre tema alimentação e nutrição;
- Instigar o indivíduo a uma análise crítica sobre o tema: Por que devo fazer isso? Qual a minha relação com a alimentação? Essa recomendação está de acordo com a minha vida (por exemplo, com minha condição de saúde, com meus hábitos alimentares e situação financeira);
- Ampliar a autonomia dos indivíduos a escolhas alimentares mais saudáveis, por meio da educação nutricional.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Os temas que foram abordados levou em consideração as principais dúvidas da população atendida pelas nutricionistas da atenção básica do município de Salinas-MG, e também procurou-se associar a alguns temas do calendário da saúde. Foi elaborado o seguinte cronograma:

Janeiro - Suco verde emagrece?

Fevereiro - Custo dos alimentos

Março - Alimentação colorida e saúde

Abril - Consumo de alimentos e saciedade

Maio - Sal de ervas, sal marinho, sal light versus sal de cozinha

Junho - Cenoura, beterraba e consumo em indivíduos diabéticos

Julho - Jantar versus lanches

Agosto - Canjica, cerveja preta, quinoa e o leite materno

Setembro - Alimentos que combate a depressão

Outubro - Nutrição e a prevenção do Câncer de mama

Novembro- Nutrição e prevenção do câncer de próstata

Dezembro- Tipos de óleos e frituras

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O trabalho foi desenvolvido pela nutricionista da equipe multi e contou com a participação das unidades básicas de saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Participação da secretaria de comunicação social no desenvolvimento da parte gráfica e na divulgação nas redes sociais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Levou-se em consideração as principais dúvidas da população atendida pelas nutricionistas da atenção básica do município de Salinas-MG, e também procurou-se associar a alguns temas do calendário da saúde.

Principais resultados alcançados

Atingimos um grande número de indivíduos residente na cidade de Salinas-MG. A rede social oficial da prefeitura tem média de 27,8 mil seguidores. Além da exposição impressa dos temas nas recepções de todas as unidades básicas do município. Assim atingimos um grande número de pessoas.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Atualmente, há uma grande repercussão do tema alimentação e saúde e uma crescente quantidade de notícias veiculadas que tente a enfatizar a alimentos específicos, propagados como “superalimentos” e dietas com promessa de efeitos milagrosos no corpo e na saúde, induzindo modismos e padrões de comportamento alimentar não usuais que muitas vezes podem causar riscos à saúde. Assim com a divulgação de informações baseadas na literatura científica e legislação atualizada, promovemos ações de educação nutricional e incentivamos o indivíduo a escolhas alimentares mais saudáveis. Alguns temas propostos no início do projeto foram alterado de acordo a demanda e necessidade. Para o ano de 2024 foi elaborado o Projeto Desmitificando a Alimentação Infantil, devido ao aumento de atendimentos de crianças com dificuldade na alimentação e com alterações no peso. Assim fez necessário ampliar ações para educação nutricional para crianças e familiares.

IMPLANTAÇÃO DE AULA DE RÍTMOS EM HORÁRIO ALTERNATIVO NOTURNO

Município: Candeias

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Tamirys Sena Resende; Carolaine Cristina da Silva; Simone Ferreira Resende

Resumo estruturado

Devido à demanda de usuários do SUS que não podem fazer atividade física em horários comerciais, a Secretaria Municipal de Saúde iniciou o projeto para as aulas de alongamento, exercícios aeróbicos e aula de dança em horários noturnos nos bairros mais afastados do centro da cidade de Candeias- MG Essa iniciativa aumentou o número de usuários que praticam atividade física, visto o horário diferenciado e a localidade da atividade mais próxima. Sabe-se da importância da prática regular de atividade física, portanto devemos nos adequar quanto a horário, local e disponibilidade. Tornando a prática viável.

Objetivo Geral

Abranger mais pacientes do SUS que possam fazer a prática de atividades físicas.

Objetivos específicos

- Aproximar o local de atividade física dos usuários, ou seja, atividade física localizada nos bairros.
- Ampliar os horários de atividade física, período noturno.
- Diversificar as aulas com alongamentos, dança, ritmos, exercícios aeróbicos
Proporcionar lazer e prazer aos usuários.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Projeto tem por objetivo, além de ensinar a dança, proporcionar ambientes de convivência saudável, incentivar a disciplina e a prática de atividade física, trazer mais disposição, qualidade de vida, descontração e melhorar a saúde física e mental dos alunos. As técnicas usadas são exercícios aeróbicos, com movimentos que abrange o corpo todo, ritmados lentos e rápidos, coordenação motora, equilíbrio, aulas coreografadas. As aulas são realizadas duas vezes por semana em cada quadra localizada nos bairros mais distantes do centro e tem duração de 60 minutos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Projeto tem por objetivo, além de ensinar a dança, proporcionar ambientes de convivência saudável, incentivar a disciplina e a prática de atividade física, trazer mais disposição, qualidade de vida, descontração e melhorar a saúde física e mental dos alunos. As técnicas usadas são exercícios aeróbicos, com movimentos que abrange o corpo todo, ritmados lentos e rápidos, coordenação motora, equilíbrio, aulas coreografadas. As aulas são realizadas duas vezes por semana em cada quadra localizada nos bairros mais distantes do centro e tem duração de 60 minutos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não houve ação intersetorial nessa ação.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não houve ação intersetorial nessa ação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, a população participou na solicitação de atividade física em um horário alternativo. A maioria trabalha durante o dia e não havia horário para praticar atividade física. Por isso surgiu a necessidade de implantar uma atividade física em horário noturno.

Principais resultados alcançados

- Maior alcance da atividade física, isso se justifica pelo lugar onde as aulas são realizadas e também pelo horário diferenciado.
- Volume maior de usuários do SUS que praticam atividade física.
- Maior frequência dos usuários nas aulas, pois estas são animadas, descontraídas.
- Benefícios físicos e psicológicos.
- Prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.
- Maior satisfação da população envolvida.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A implementação das aulas de zumba, ritmos, alongamento e exercícios aeróbicos nos bairros geraram um aumento significativo de usuários que hoje praticam atividade física. Essa prática não era efetiva devido ao horário e ao local. Portanto ao se ajustar esses dois fatores as aulas estão sendo frequentadas, com um grande fluxo e pouca rotatividade concretizando o objetivo de ampliar e ofertar mais opções para realizar atividade física, aliada importante na qualidade de vida.

PROJETO MEDIDA CERTA

Município: Itajubá

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre

Autores: Tarciso Augusto Ribeiro Júnior

Resumo estruturado

O Presente projeto visa estimular a prática de atividade física e alimentação saudável como meio de prevenção de doenças e promoção da saúde física e mental. As aulas acontecem de 2 a três vezes por semana em vários bairros do município, com participantes de 13 a 80 anos.

Objetivo Geral

Promover atividade física orientada e gratuita para a população, buscando a equidade e a melhoria das condições e dos modos de viver, ampliando a potencialidade da saúde individual e coletiva e reduzindo vulnerabilidades e riscos à saúde decorrentes dos determinantes sociais, econômicos, políticos, culturais e ambientais.

Objetivos específicos

- ▶ Estimular a promoção da saúde como parte da integralidade do cuidado na Rede de Atenção à Saúde, articulada às demais redes de proteção social.
- ▶ Contribuir para a adoção de práticas sociais e de saúde centradas na equidade, na participação e no controle social, a fim de reduzir as desigualdades sistêmicas, injustas e evitáveis, respeitando as diferenças de classe social, de gênero, de orientação sexual e a identidade de gênero; entre gerações; étnico-raciais; culturais; territoriais;
- ▶ Fomentar a prática de atividade física e alimentação saudável como mecanismos de proteção à saúde e prevenção de doenças.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Aulas de Ginástica Localizada e treinamento funcional realizadas de duas a três vezes por semana e orientadas por profissional de Educação Física. As aulas tem duração de 40 minutos e utilização de materiais como Cones, Escada de Agilidade, cordas ou sem material utilizando o próprio peso corporal.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Agentes de Saúde ajudam na divulgação e captação de novos alunos, bem como a disseminação de informações importantes referentes à saúde dos pacientes. Equipe Multiprofissional auxilia no atendimento de algumas alunas e encaminham novas alunas para as atividades.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Departamento de comunicação auxilia na divulgação das turmas e no registro das aulas executadas. Departamento de Obras auxilia em eventos com a participação das alunas, montando toda a estrutura e organizando o local das atividades.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. A população foi de extrema importância para a definição dos melhores horários e locais para as atividades, bem como o tipo de atividade oferecida e o nível de cada uma delas. A opinião das alunas é sempre ouvida para que as ações possam oferecer sempre o melhor para cada uma das alunas presentes.

Principais resultados alcançados

Redução de Medidas, redução da utilização de medicamentos controlados, melhora no bem estar geral da população atendida, diminuição no quadro de doenças crônicas da população atendida, redução dos problemas cardiovasculares, redução do sedentarismo nas comunidades atendidas pelo projeto.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Ações de promoção de atividade física orientada para a população é fundamental para evitar quadros de doenças crônicas, obesidade, sedentarismo e todos os fatores de risco diretamente ligados com essas doenças.

NA MEDIDA CERTA KIDS

Município: Coronel Fabriciano

Unidade Regional de Saúde: Coronel Fabriciano

Autores: Luanna Cristhina Valentin Sousa

Resumo estruturado

Objetivo

Prevenir a obesidade infantil, promovendo a educação nutricional e adesão ao tratamento em famílias de alunos obesos e pré-obesos na idade de 05 a 10 anos, do Município de Coronel Fabriciano.

Desenvolvimento

Gordurinha demais, apesar de comum na infância, é sinal de perigo. Nos últimos anos, a quantidade de crianças e adolescentes acima do peso tem aumentado de maneira alarmante. E os pediatras avisam: a falta de exercícios e a alimentação inadequada são os grandes culpados pelos quilos a mais. Para reverter esse quadro, existe uma saída: incorporar uma rotina saudável à vida da sua família. O projeto na medida certa kids surgiu da necessidade de estimular a formação de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, visando ao bem-estar e à reeducação alimentar por meio de atividades lúdicas. Os encontros serão semanais, atendimentos em grupos, com o objetivo de educação em saúde. Dirigidos e organizados pela enfermeira da unidade de saúde da área abrangência. Serão realizados encontros semanais, com total máximo de 05 crianças escritas por grupo. Como pré - requisito para participação: 05 a 10 anos de idade, esta matriculada na escola, cartão vacinação em dia, e ser considerada sobrepeso de acordo com ministério da saúde.

De acordo com MS Entende-se por obesidade quando o Índice de Massa Corporal (IMC) de uma criança de 5 a 10 anos está acima de 30 kg/m². Já a obesidade mórbida é quando o IMC supera os 40 kg/m². Os dados mais recentes divulgados pelo Ministério da Saúde apontam que uma em cada três crianças de 5 a 9 anos está obesa. A criança

deverá sempre estar acompanhada pelos pais ou responsáveis. Os encontros semanais serão intercalados com diferentes profissionais, formando a equipe Multiprofissional, sendo eles: enfermeiros, médicos, educador físico, nutricionista, psicólogo, odontologia. Tendo como base para desenvolvimento das atividades:

- Enfermagem: realizar cadastro, anamnese, organização do grupo. A enfermagem tem um importante papel na promoção de hábitos e alimentação saudáveis, prevenção, identificação de riscos e detecção precoce da obesidade. Para isso, é de suma importância a construção do conhecimento científico, o qual contribuirá efetivamente para futuras pesquisas, que visam à promoção da saúde em crianças e adolescentes obesos.
- Médicos: aconselhamento, dieta, análise dos hábitos alimentares (da criança e da família), além do acompanhamento das medições de peso e altura, solicitação de exames caso seja necessário.
- Educador físico: atua na conscientização sobre a obesidade e doenças associadas, destacando o papel da atividade física no tratamento e prevenção.
- Nutricionista: atuar na formação de hábitos alimentares saudáveis das crianças com objetivo importantíssimo na educação nutricional, ele é responsável em acompanhar o tratamento, apresentar alternativas acessíveis para que os responsáveis consigam guiar seus filhos.
- Psicólogo : possibilita compreender o porquê um indivíduo em dieta ter conhecimento do que fazer, mas não conseguir fazer o que deveria. Emagrecer pressupõe mudar pensamentos, hábitos e obter novos comportamentos.
- Odontologia: orientações da importância da mastigação, deglutição e saúde bucal. Cuidar da saúde oral desde o nascimento é essencial para prevenir doenças na idade adulta, inclusive a obesidade infantil. Problemas bucais e mastigação errada, por exemplo, podem prejudicar a absorção de nutrientes e levar ao maior consumo de alimentos calóricos.

Todos os escolares com risco aumentado de sobrepeso e obesidade. Uma alimentação saudável na infância trás diversos benefícios previne muitas doenças (como obesidade, colesterol, diabetes mellitus, desnutrição e anemia), auxiliando no correto crescimento e desenvolvimento das crianças, além de melhorar o aprendizado e o rendimento escolar.

A obesidade infantil tem sido causa de problemas entre crianças e jovens no mundo inteiro. A conclusão de um estudo americano publicado neste mês pela revista médica Obesity é de que o exemplo dos pais é fundamental para os hábitos alimentares das crianças.

Um País em desenvolvimento volta suas atenções para a saúde dos seus jovens. Maus hábitos alimentares, fomentados principalmente por impactos da cultura americana do fast food, são apenas alguns dos problemas da parcela de jovens acima do peso no Brasil. Um dos principais motes da campanha é de que a base da alimentação das crianças e jovens seja saudável. O consumo esporádico, em quantidades moderadas, de doces ou refrigerantes pode estar presentes nas festas de aniversário, porém hábitos alimentares mais saudáveis devem sempre ser estimulados dentro e fora de casa. Um dos focos é fortalecer as sugestões para facilitar a inclusão de alimentos mais saudáveis na dieta das crianças. Entre elas: substituir salgadinhos fritos pelos assados; incluir legumes cortados em palitos ou cubos como aperitivo, frutas no espeto; copinhos de salada de frutas, pois são ricos em fibras, vitaminas e minerais; montar lanches em porções individuais pequenas e de forma fácil e prática de serem consumidos com as mãos; quanto mais colorida for a mesa de comidas, mais interesse a criança terá em provar os alimentos.

Objetivo Geral

Prevenir a obesidade infantil, promovendo a educação nutricional e adesão ao tratamento em famílias de alunos obesos e pré-obesos na idade de 05 a 10 anos, do Município de Coronel Fabriciano.

Objetivos específicos

O projeto Na Medida Certa Kids surgiu da necessidade de estimular a formação de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, visando ao bem-estar e à reeducação alimentar por meio de atividades lúdicas. Os encontros serão semanais, atendimentos em grupos, com o objetivo de educação em saúde. Dirigidos e organizados pela enfermeira da unidade de saúde da área abrangência. Serão realizados encontros semanais, com total máximo de 05 crianças escritas por grupo. Como pré requisito para participação : 05 a 10 anos de idade, estar matriculada na escola, cartão vacinação em dia, e ser considerada sobrepeso de acordo com Ministério da Saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O projeto Na Medida Certa Kids surgiu da necessidade de estimular a formação de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, visando ao bem-estar e à reeducação

alimentar por meio de atividades lúdicas. Os encontros serão semanais, atendimentos em grupos, com o objetivo de educação em saúde. Dirigidos e organizados pela enfermeira da unidade de saúde da área abrangência. Serão realizados encontros semanais, com total máximo de 05 crianças escritas por grupo. Como pré requisito para participação : 05 a 10 anos de idade, esta matriculada na escola, cartão vacinação em dia, e ser considerada sobre peso de acordo com ministério da saúde.

De acordo com MS Entende-se por obesidade quando o Índice de Massa Corporal (IMC) de uma criança de 5 a 10 anos está acima de 30 kg/m². Já a obesidade mórbida é quando o IMC supera os 40 kg/m². Os dados mais recentes divulgados pelo Ministério da Saúde apontam que uma em cada três crianças de 5 a 9 anos está obesa. A criança deverá sempre estar acompanhada pelos pais ou responsáveis. Os encontros semanais serão intercalados com diferentes profissionais, formando a equipe Multiprofissional, sendo eles: enfermeiros, médicos, educador físico, nutricionista, psicólogo, odontologia. Tendo como base para desenvolvimento das atividades:

- ▶ Enfermagem: realizar cadastro, anamnese, organização do grupo. A enfermagem tem um importante papel na promoção de hábitos e alimentação saudáveis, prevenção, identificação de riscos e detecção precoce da obesidade. Para isso, é de suma importância a construção do conhecimento científico, o qual contribuirá efetivamente para futuras pesquisas, que visam à promoção da saúde em crianças e adolescentes obesos.
- ▶ Médicos: aconselhamento, dieta, análise dos hábitos alimentares (da criança e da família), além do acompanhamento das medições de peso e altura, solicitação de exames caso seja necessário.
- ▶ Educador físico: atua na conscientização sobre a obesidade e doenças associadas, destacando o papel da atividade física no tratamento e prevenção.
- ▶ Nutricionista : atuar na formação de hábitos alimentares saudáveis das crianças com objetivo importantíssimo na educação nutricional, ele é responsável em acompanhar o tratamento, apresentar alternativas acessíveis para que os responsáveis consigam guiar seus filhos.
- ▶ Psicólogo : possibilita compreender o porquê um indivíduo em dieta ter conhecimento do que fazer, mas não conseguir fazer o que deveria. Emagrecer pressupõe mudar pensamentos, hábitos e obter novos comportamentos.

Odontologia: orientações da importância da mastigação, deglutição e saúde bucal. Cuidar da saúde oral desde o nascimento é essencial para prevenir doenças na idade adulta, inclusive a obesidade infantil. Problemas bucais e mastigação errada, por exemplo, podem prejudicar a absorção de nutrientes e levar a maior consumo de alimentos calóricos. Todos os escolares com risco aumentado de sobrepeso e obesidade.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Programa de atividade física / Secretaria Municipal de Educação

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Programa de atividade física / Secretaria Municipal de Educação

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. Os encontros são realizados em unidades de saúde, com acompanhamento de familiares.

Principais resultados alcançados

Educação em Saúde, novos hábitos alimentares e comportamentais, avaliação física.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

De acordo com MS Entende-se por obesidade quando o Índice de Massa Corporal (IMC) de uma criança de 5 a 10 anos está acima de 30 kg/m². Já a obesidade mórbida é quando o IMC supera os 40 kg/m². Os dados mais recentes divulgados pelo Ministério da Saúde apontam que uma em cada três crianças de 5 a 9 anos está obesa. Desta forma, o projeto tende a diminuir esses números de obesidade no município, instruindo a população modos de vida mais saudáveis.

ÁLBUM DE FIGURINHAS: ESTRATÉGIA PARA PROMOVER ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ENTRE CRIANÇAS.

Município: Carmo do Cajuru

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Eduarda Anastácio Goulart Leão, Milene Carla Santos de Azevedo, João Marcos Alves Melo, Fabiana Ferrari Fonseca Vilela, Camila Cristina Costa, Débora Aparecida Silva Souza, Amanda Conrado Silva Barbosa.

Resumo estruturado

Dados nacionais mostram que 3 a cada 10 crianças de 5 a 9 anos estão acima do peso no país. O presente relato de experiência buscou apresentar a estratégia criada por um município de pequeno porte do centro oeste mineiro para promoção da alimentação saudável para crianças de todas as idades. Trata-se de um álbum para completar com figurinhas, que devem ser coladas a partir da confecção de receitas saudáveis. Tornou-se uma importante estratégia e ferramenta para trabalhar a temática em ações de educação em saúde, atividades coletivas gerais e abordagens individuais. Palavras-chave: Obesidade infantil, Dieta Saudável, Promoção da Saúde Alimentar e Nutricional.

Objetivo Geral

Incentivar as crianças para uma alimentação saudável através de forma lúdica.

Objetivos específicos

- Construção de um material lúdico para ser utilizado no Saúde na Escola e outras estratégias.
- Estimular cuidado em saúde através de brincadeiras.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Duas profissionais da equipe multi, interessadas em galgar avanços na mudança do estilo de vida das crianças e melhoria nos padrões alimentares, criaram um álbum ilustrado de figurinhas com receitas saudáveis para distribuir entre as crianças. A nutricionista Eduarda Goulart e psicóloga Milene, apoiadas pela gestão, construíram desde o layout, até o conteúdo deste material ilustrativo. A ideia central do livreto intitulado “Álbum de receitas saudáveis para crianças”, é que a criança siga as instruções dos pratos saudáveis e complete o álbum de figurinhas. Esta ferramenta lúdica objetivou estimular crianças e famílias a aderirem uma alimentação mais saudável e balanceada, apresentar substituições práticas e prevenir uso de alimentos processados e ultraprocessados, prevenindo agravos de saúde futuros, como obesidade e diabetes. Não houve limitação de idade para o uso do livreto, contando que as receitas devem ser feitas com apoio dos pais, mesmo que a criança seja muito pequena, os mesmos podem trabalhar o conteúdo e confeccionar as receitas. As

receitas que foram ensinadas no instrumento foram: pizza de abobrinha, picolé de melancia, omelete colorida, sorvete saudável, suco da força, macarrão de letrinhas arco-íris, salada de frutas dos corajosos, sanduíche super rápido, cupcake saudável, frango cinderela, suco da vida e pãozinho de queijo. Além das figurinhas para colar, após fazer a receita, com o intuito de completar o álbum, o constructo contou também com caça palavras, labirinto para encontrar o alimento saudável, além de página de colorir os alimentos que forem positivos na dieta. As estratégias lúdicas desenvolvidas como forma de educação em saúde revelam-se poderosos instrumentos para recepcionar, estabelecer vínculos de confiança e envolver as crianças como protagonistas no processo ensino-aprendizagem. Por meio destes recursos, há a possibilidade de compartilhar saberes, propor mudanças e instalar hábitos saudáveis com abordagem humanizada e acolhedora (Ferraresso et al., 2023). O livreto foi um grande apoio nas ações do Programa Saúde na Escola (PSE), além das ações isoladas por unidade de saúde como grupo de crianças e nas consultas individuais.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

eSF e e-Multi

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houveram.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve.

Principais resultados alcançados

Material para trabalho de forma adequada na promoção da saúde.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A experiência retornou de forma muito positiva ao município que para promover ações de vida saudável para crianças, basta utilizar da criatividade. O instrumento foi uma forma barata e estratégica de educação em saúde, se tornando uma ferramenta efetiva de comunicação com a criança. A limitação da experiência se deu pela falta de recursos municipais para impressão do exemplar, limitando muitas das atividades em que o mesmo poderia ser incluído.

GRUPO CRESCER

Município: Bom Despacho.

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Cláudia Mara Pessoa, Carolina Gontijo da Silva. Nathália Fraga Firmino.

Resumo estruturado

A avaliação periódica da saúde da criança permite o acompanhamento do progresso individual, identificando aquelas de maior risco de morbimortalidade, sinalizando o alarme precoce para a desnutrição e a obesidade, causa básica da instalação ou do agravamento da maior parte dos problemas de saúde infantil. Portanto, a vigilância desse crescimento no primeiro ano de vida deve ser realizada mensalmente, uma vez que permite localizar o início de qualquer desvio de normalidade. Na impossibilidade de avaliações mensais, o Ministério da Saúde (MS) propõe o Calendário Mínimo de Consultas para a Assistência à Criança 07 (sete consultas de puericultura até o primeiro ano de vida, em meses alternados, sendo a primeira até 15 dias de nascido). Constituído por uma equipe multiprofissional, o Grupo Crescer caracteriza-se por uma proposta de Educação em Saúde, fundamentado nas diretrizes da Organização Mundial da Saúde e sustentado pelo princípio da integralidade, do Sistema Único de Saúde. Esta ação volta-se para o acompanhamento e desenvolvimento da criança, de 1 mês até 18 meses, numa abordagem de trabalho grupal, coletivo e dialogado, a partir de encontros temáticos e/ou demandas emergentes. Objetiva-se promover a troca de experiências e saberes entre os familiares e/ou responsáveis pela criança, relacionados aos aspectos que envolvem o desenvolvimento infantil em termos legais, socioculturais, fisiológicos, nutricionais, psicológicos, odontológicos e outros. Esta modalidade de atenção a primeira infância promove uma ação conjunta e participativa do usuário com os profissionais de saúde, promovendo um olhar mais ampliado da realidade desta população, rompendo

com o paradigma da atenção médica tradicional e problematizando a questão da responsabilidade individual pela saúde.

Objetivo Geral

Atender a todas as crianças de 1 mês a 18 meses, da área de abrangência da UBS, desenvolvendo ações de promoção à saúde e prevenção de doenças ou agravos, prestando assistência de forma grupal, multidisciplinar e integrada, acompanhando o processo de crescimento e desenvolvimento, monitorando os fatores de risco ao nascer e evolutivo, garantindo um atendimento de qualidade.

Objetivos específicos

- Implantar novo calendário de atendimento à criança, envolvendo atendimento intercalado entre médico, enfermeira e grupo educativo, possibilitando o acesso das crianças e responsáveis aos serviços de saúde;
- Atender de forma integral e com equipe multidisciplinar crianças, de 1 mês a 18 meses, que estão na área de abrangência da UBS;
- Acompanhar o crescimento e desenvolvimento das crianças envolvidas;
- Gerar um espaço de troca de informações, problematizações, reflexões e busca de soluções de questões relacionadas aos cuidados com as crianças dessa faixa etária;
- Diminuir o índice de morbi-mortalidade infantil;
- Prevenir doenças evitáveis na infância;
- Aumentar cobertura vacinal;
- Identificação de agravos e situações de risco;
- Estimular o aleitamento materno;
- Proporcionar um sistema de vigilância e combate à desnutrição infantil;
- Promover a intersetorialidade;
- Pesquisar e analisar as características e a realidade das crianças atendidas nesta unidade;
- Avaliação do desenvolvimento neuropsicomotor;
- Fortalecimento de vínculos; entre familiares e crianças, equipe da UBS e população atendida;
- Encaminhamentos para centros de especialidades, quando houver a necessidade;
- Orientações gerais com equipe multidisciplinar.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Grupo Crescer iniciou-se no dia 03 de março de dois mil e quinze (2015), através de encontros mensais, onde cada profissional avalia, orienta e estimula as crianças e familiares. As crianças de 1 mês a 18 meses e seus familiares / cuidadores são atendidos, mensalmente, em grupo. O grupo Crescer é realizado por uma equipe multiprofissional e pode ser dividido entre faixas etárias (um grupo com crianças de 1 mês até 6 meses e outro grupo com crianças de 6 meses a 18 meses), ou acontecer com todas as crianças entre 1 mês a 18 meses de vida, conforme adequação a necessidade de cada UBS. Podendo estender até os dois (2) anos de vida. Tem duração de 1 a 2 horas cada encontro. Os integrantes, crianças e familiares/cuidadores, poderão ser integrados ao grupo pela procura e por orientação ou convite dos profissionais da UBS. A equipe multidisciplinar do Grupo Crescer faz a recepção dos familiares e crianças, apresentação do grupo; mensuração e pesagem das crianças, estimulação do diálogo entre familiares e profissionais; conversa com familiares/cuidadores sobre a avaliação realizada, seus pontos positivos e negativos; orientam, explicam e verificam sua compreensão sobre as informações e condutas necessárias para um bom desenvolvimento e manutenção do estado de saúde da criança. Busca-se problematizar, esclarecer e ressignificar saberes relativos ao crescimento e desenvolvimento na primeira infância. Muitas vezes, a sala é ambientada com brinquedos e colchonetes de modo a facilitar a dinâmica de trabalho dialogado, onde as crianças podem usufruir de brinquedos expostos e que oportunizam o trabalho de observação quanto a motricidade da criança e investimento materno nas demandas manifestas naquele momento. Também são distribuídos folders informativos, sobre os temas trabalhados, ao final de cada encontro temático. A permanência de profissionais de várias áreas nos encontros é uma das características deste grupo. Esta forma de trabalho facilita e amplia a compreensão dos temas e amplia a abordagem, pois o mesmo tema pode ser conduzido de várias formas, de acordo com os interesses e necessidades dos participantes. A modalidade de trabalho grupal e dialogada promove uma relação direta e ampliada dos profissionais de saúde com os usuários, integrando o saber popular com o saber técnico e ampliando e redimensionando a compreensão da saúde. Durante a pandemia de COVID, quando as puericulturas presenciais foram afetadas, o Grupo Crescer aconteceu online, através de grupo no whatsapp. Tendo em vista a diversidade em termos de condições de vida, condições de trabalho e panorama epidemiológico encontrado sugerem-se, aos profissionais, adequarem às recomendações apresentadas, identificando prioridades e elaborando um plano de intervenção que alcance as especificidades de cada área, cada UBS onde o grupo se realiza. As atividades desenvolvi-

das no grupo dependerão das necessidades dos usuários, cabe a equipe coordenar os encontros e interagir com os participantes produzindo novos conhecimentos. Profissionais envolvidos diretamente no projeto: Médico, Psicólogo; equipe de saúde bucal, nutricionista, ACS, enfermeiro e fisioterapeuta.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

SERDI, PIPA.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não informado.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não

Principais resultados alcançados

Consideramos que o objetivo inicial do projeto foi atingido. Sendo possível identificar e tratar crianças com atrasos no desenvolvimento motor, distúrbios nutricionais e proporcionar estimulação precoce dessas crianças, bem como otimizar o atendimento de puericultura. Houve um fortalecimento de vínculo da equipe e dos familiares envolvidos, fazendo do nosso projeto uma interação social de grande valia tanto para os profissionais quanto para as crianças/famílias. Os familiares das crianças que participam do Grupo Crescer têm um espaço para conversar e diminuir suas dúvidas em relação aos cuidados da criança e angústias pessoais. Na realização dos encontros do grupo já foram identificadas crianças com diversas síndromes, atrasos no desenvolvimento motor, crises alérgicas, baixo peso e obesidade. Várias crianças foram encaminhadas para o serviço de estimulação precoce (SERDI). O índice de crianças internadas no período de acompanhamento do grupo é baixo ou nulo, bem como diminuição de infecções respiratória e intestinal. O gráfico da curva de crescimento e desenvolvimento tem sido dentro da normalidade. Não foram detectados casos de carie de mamadeira e a amamentação tem sido de no mínimo seis meses como alimentação exclusiva. Novos índices serão avaliados, posteriormente, como resultado da participação no Grupo Crescer.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Concluímos que o Grupo Crescer, de puericultura multidisciplinar, possibilita o atendimento integral das crianças e familiares/cuidadores envolvidos, promovendo saúde e cidadania. Devido os grandes benefícios que este projeto proporcionou às crianças/familiares da unidade (UBS JK/Santa Marta), onde foi iniciado, o Grupo Crescer foi estendido às demais unidades do município de Bom Despacho-MG, já que constitui-se em uma experiência de êxito e de resultados relevantes, tornando a puericultura mais ativa e eficaz em detectar atrasos no desenvolvimento e síndromes precocemente.

GESTÃO SEGURA: GRUPO DE GESTANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE (APS)

Município: Cruzília.

Unidade Regional de Saúde: Varginha.

Autores: Carina Suábia da Silva; Juliana Azevedo Carvalho; Daniela Maciel de Barros.

Resumo estruturado

Introdução: O período gestacional é rodeado por mudanças, tanto físicas quanto emocionais, além de surgirem questionamentos. Desta forma, as práticas de educação e escuta qualificada são estratégias essenciais neste processo. **Metodologia:** O grupo deu início em Março de 2023. Os encontros acontecem uma vez ao mês, em um das Unidades Básicas de Saúde do município e aberto a todas as gestantes. Com participação multiprofissional, foram abordados temas pertinentes à gestação. **Resultados:** Observa-se que os encontros têm sido um espaço fundamental para troca de conhecimento e experiências, temas envolvendo a importância do pré-natal, mudanças na gestação, aspectos psicológicos e nutricionais, aleitamento materno e cuidados com recém-nascido são abordados. **Conclusão:** Considera-se que o grupo de gestantes tem sido fundamental para dar apoio às gestantes e fortalecer suas relações de confiança com os profissionais e familiares. Fica evidente a importância da educação em saúde para este público, visto que as ações propostas têm sido extremamente relevantes para o período gestacional e puerpério e aumento do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses.

Objetivo Geral

Proporcionar um espaço dinâmico e objetivo para troca de conhecimentos e experiências entre as gestantes e equipe multiprofissional.

Objetivos específicos

- Promover a saúde integral das gestantes;
- Promover melhor adesão ao pré-natal e promover a compreensão do processo gestacional e puerpério;
- Promover a amamentação exclusiva; oferecer apoio para redução de ansiedades, medos e angústias.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Educação e Formação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O grupo deu início em Março de 2023, tendo em vista a abordagem das gestantes, uma vez que foi observada a precariedade no conhecimento sobre as mudanças e cuidados necessários durante a gestação e no puerpério. Planejamento e execução realizados pela Equipe Multiprofissional (e-multi), composta por nutricionista, psicóloga e fisioterapeuta. Os encontros acontecem uma vez ao mês, em uma das Unidades Básicas de Saúde do município e é aberto a todas as gestantes. Com participação multiprofissional, foram abordados temas pertinentes à gestação. As gestantes são abordadas pelos Agentes Comunitários de Saúde e enfermeiros. Os temas são definidos de acordo com a demanda das participantes e temas importantes observados na prática dos profissionais. Até o momento foram abordados os temas: mudanças na gestação e parto; cuidados com o recém nascido; alimentação durante a gestação e uso de chás; preparação de mala maternidade; principais dúvidas quanto ao parto e recém nascido; alterações psicológicas durante a gestação e puerpério; direitos da gestante e mulher que amamenta; amamentação; shantala, entre outros. O grupo continua sendo realizado de forma contínua, abrangendo cada vez mais gestantes e profissionais convidados.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Programa Criança Feliz

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houve outros parceiros.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve a participação das próprias gestantes no planejamento dos temas a serem abordados ao longo do grupo.

Principais resultados alcançados

Foi observado melhor adesão ao aleitamento materno exclusivo nas participantes do grupo, uma vez que as puérperas são acompanhadas pela equipe de saúde. Foi relatado pelas participantes a redução da ansiedade e do medo com as mudanças que estavam acontecendo durante a gestação e no puerpério, além de adquirirem informações qualificadas.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A experiência mostrou como é fundamental e urgente a implementação de ações voltadas às gestantes como forma de promover uma vida mais saudável desde a gestação, reduzindo assim os riscos para o bebê e criança no futuro. Visto que cada vez mais observa-se a redução do aleitamento materno exclusivo, aumento da obesidade infantil e sedentarismo, entre outros.

RODA DE CONVERSA SAUDÁVEL

Município: Pará de Minas.

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Equipe multiprofissional da atenção básica, do distrito sul, da cidade de Pará de Minas. Assistente social, fisioterapeuta, fonoaudióloga, preparador físico, psicólogo e nutricionista. Também é de suma importância a participação e suporte da agente comunitária de saúde.

Resumo estruturado

As ações coletivas com objetivo de promoção e educação em saúde são ferramentas fundamentais para mudanças no estilo de vida das populações, visando hábitos mais saudáveis e que resultem em maior bem-estar. Enfrentam algumas resistências por parte da população e de alguns profissionais, mas diante de resultados expressivos é necessária uma persistência e criatividade por parte das equipes de saúde para manterem a oferta de tais serviços. As equipes multiprofissionais têm papel essencial na promoção de tais saberes, pois possibilita

uma variedade de temas e assuntos a serem discutidos, tendo como objetivo final o mesmo: possibilitar informações que permitam aos sujeitos fortalecer sua autonomia para construir alternativas de viver da forma mais saudável possível.

Objetivo Geral

Educação em saúde e promoção de saúde, incluindo dentre as práticas a promoção de alimentação saudável e a prática de atividades físicas no território. Também tem como objetivo geral a inclusão social e o fortalecimento de vínculos dos sujeitos com a comunidade.

Objetivos específicos

- Universalidade;
- Oferecimento de informações, saberes e conhecimentos;
- Desenvolvimento de técnicas de socialização;
- Fortalecimento de vínculos com a comunidade;
- Coesão do grupo;
- Aprendizagem interpessoal;
- Melhoria da qualidade de vida e bem-estar;
- Escuta ampliada.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Participação e Controle Social; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Como o próprio nome sugere, a principal metodologia utilizada é a roda de conversa. Não se trata de um modelo unicamente expositivo, como no formato de palestra, mas sim de uma troca constante de saberes entre os profissionais e a população. Sendo assim é um modelo participativo, na qual os membros do grupo podem fazer suas considerações e expor suas dúvidas a qualquer momento. Outro método bastante utilizado são as dinâmicas de grupo. Estas possibilitam uma interação ainda maior entre os usuários, além de proporcionar momentos de descontração, interação e socialização. Além de as dinâmicas terem respaldo teórico para serem utilizadas em grupos, elas também são muito úteis como aquecimento e integração dos participantes. Após a temática do dia, também ocorre a prática de exercícios físicos, ministrados pelo preparador físico da equipe. Nesta etapa,

são realizados exercícios de baixa complexidade, facilitando assim, o entendimento e execução dos participantes que não possuem o hábito de se exercitarem. São priorizados exercícios livres ou com auxílio de materiais simples e de fácil acesso. Também ocorre na roda de conversa, especialmente nos momentos finais, um momento de abertura à participação artística dos membros da comunidade. Os talentos musicais fazem pequenas apresentações, proporcionando momentos alegres e tocantes. Sempre é proposto aos participantes um retorno sobre o encontro do dia e sugestões de temas para os encontros posteriores.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde):

Não há parceiros intrasetoriais envolvidos.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não há parceiros intersetoriais envolvidos.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

É de fundamental importância a presença, participação e divulgação da agente comunitária de saúde, para convidar e estimular a participação social da comunidade. Desde o primeiro encontro, sempre foi requisitada a participação da comunidade no planejamento, execução, avaliação das ações e especialmente na sugestão de temas para os encontros.

Principais resultados alcançados

Diversos resultados foram obtidos no trabalho. É possível mencionar: a melhora da relação do sujeito com o alimento e a compreensão da importância da alimentação para ter uma vida saudável; compreensão da importância de exercícios físicos para ter uma vida saudável; compreensão acerca de diversos saberes envolvendo promoção em saúde; fortalecimento de vínculos com a comunidade; socialização e coesão; possibilidade da comunidade expressar seus talentos. A partir dos saberes disseminados, a população se envolveu ativamente em mudanças em seu estilo de vida. Como exemplo principal disso, é possível mencionar o fato de que a população criou um grupo de exercícios físicos para dar continuidade e maior frequência à atividade física oferecida pelo educador físico. Portanto, o objetivo de propagar conhecimentos, que tem utilidade prática na vida da comunidade, foi atingido.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclui-se que, a partir da roda de conversa saudável, os membros do grupo produziram mudanças significativas em seu estilo de vida. Isso demonstra como ações de promoção e educação em saúde são eficazes a partir da oferta qualificada de informações, saberes e conhecimentos. Quando se trata de uma equipe multiprofissional, em que os profissionais colaboram uns com os outros trazendo diferenciados temas a se trabalhar, os resultados se mostram ainda mais expressivos. Ademais, percebia-se no território em questão, no distrito de Meireles, uma impressão da população de que havia uma ausência desse tipo de serviço coletivo com essa proposta. O grupo traz, portanto, uma percepção de acolhimento e identificação da população com a equipe multiprofissional, o que facilita o trabalho da equipe. É preciso ressaltar também a importância do vínculo interpessoal. Tanto da comunidade com a equipe, quanto da comunidade com a própria comunidade. Este tipo de espaço tem como efeito uma aproximação e cooperação entre os próprios habitantes.

EM BUSCA DE UMA SAÚDE MELHOR A CADA DIA

Município: Miravânia

Unidade Regional de Saúde: Januária

Autores: Ana Nery mendes, Wendel Rios, Hitalo Macedo.

Resumo estruturado

Montar grupos em todas as unidades de saúde e que estes grupos sejam assistidos pela promoção de saúde.

Objetivo Geral

Proporcionar para os usuários do SUS atividades Físicas e práticas corporais em locais e espaços públicos, com o acompanhamento de profissionais capacitados para as atividades a serem ministradas.

Objetivos específicos

Buscar a melhoria da qualidade de vida de cada usuário, onde sabemos a importância da atividade física em relação ao conceito de saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Através das práticas corporais trabalhamos o lado psicossocial dos grupos de forma que seja uma extensão do âmbito familiar, voltado para a participação de cônjuges, filhos e netos.

Com o apoio de uma rede de parceiros conseguimos inserir estes grupos em praticamente todos os eventos e datas comemorativas, incluindo aniversários, confraternizações e passeios locais, intermunicipais e até interestadual já foi realizado.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Atualmente contamos com os profissionais das equipes de atenção Básica de saúde, psicológico, nutricionista, fisioterapeuta, enfermeiros e Médicos. Todos voltados mais para o preventivo. E também parceria com o CRAS através do serviço de convivência, polícia Militar e Prefeitura Municipal.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

De forma efetiva os parceiros atuam todos voltados mais para o preventivo e o CRAS através do serviço de convivência, polícia Militar, igrejas e Prefeitura Municipal.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, os próprios participantes dos grupos ajudaram a definir datas e priorizar os principais eventos que o grupo estaria presente, deixando também aberturas para convites ocasionais.

Principais resultados alcançados

Diante de uma agenda de eventos e programas, as pessoas que fazem parte deste contexto estão se sentindo acolhidos como sociedade e isso tem tido uma resposta muito positiva na saúde de cada um. É notório a disposição e alegria de todos.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

A Saúde abriu as portas para equipes multidisciplinares as quais trabalham o indivíduo em sua totalidade, tirando o rótulo que as secretarias de saúde só servem pra tratar de doenças e sim promover bem estar para a população em geral.

INTRODUÇÃO ALIMENTAR ADEQUADA E SAUDÁVEL: A BASE PARA BONS HÁBITOS ALIMENTARES

Município: Natércia

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre

Autores: Geisi Bruna de Vilas Bôas.

Resumo estruturado

Uma alimentação saudável e equilibrada é fundamental para o crescimento e desenvolvimento da criança e é determinante para a saúde do indivíduo, além disso, nos 2 primeiros anos as crianças estão formando seus hábitos alimentares, desta forma é importante dar uma atenção especial nas escolhas dos alimentos. Estima-se que 12,9% das crianças brasileira entre 5 e 9 anos de idade, e 7% dos adolescentes na faixa etária de 12 a 17 anos têm obesidade. As causas da obesidade são complexas e multifatoriais, que envolve um desequilíbrio entre gasto e o consumo de energia. Crianças com obesidade tem maiores chances de se tornarem adultos obesos. Indivíduos com obesidade têm maior probabilidade de desenvolver doenças como pressão alta, diabetes, problemas nas articulações, dificuldades respiratórias, gota, pedras na vesícula e até algumas formas de câncer. Tendo em vista este cenário, é de suma importância o(a) nutricionista para orientar e incentivar a introdução alimentar adequada e saudável e no tempo oportuno, visto que este é o(a) profissional formado(a) para estabelecer cuidados com a alimentação dos indivíduos nas diferentes fases da vida e lidar com os reflexos dessa prática na saúde em geral. Portanto, é fundamental que a introdução alimentar seja feita de forma adequada e saudável, para prevenir excesso de peso, obesidade, entre outros problemas de saúde e ser orientado pelo profissional de nutrição. Em Natércia, para toda criança que completa 6 meses é agendado uma consulta de puericultura para orientar introdução alimentar. Atualmente, há uma boa adesão as consultas nutricionais. O responsável que mais comparece as consultas são as mães. Nas consultas há uma boa interação entre o profissional e o responsável.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABESO. Obesidade infantil: as razões por trás do aumento de peso entre as crianças brasileiras. Disponível em <<https://abeso.org.br/obesidade-infantil-as-razoes-por-tras-do-aumento-de-peso-entre-as-criancas-brasileiras/>> Acesso em 14 dez. 2023.
- Guia prático de alimentação da criança de 0 a 5 anos - 2021. / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamentos Científicos de Nutrologia e Pediatria Ambulatorial. São Paulo: SBP, 2021.
- Smith JD, Fu E, Kobayashi MA. Prevention and Management of Childhood Obesity and Its Psychological and Health Comorbidities. *Annu Rev Clin Psychol*. 2020 May 7;16:351-378. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-100219-060201. Epub 2020 Feb 25. PMID: 32097572; PMCID: PMC7259820.
- Vieira RW, Dias RP, Coelho SC, Ribeiro RL. Do Aleitamento Materno à Alimentação Complementar: Atuação do Profissional Nutricionista. *Saúde & Amb. Rev, Duque de Caxias*. 2009; 4(2): 1-8.

Objetivo Geral

Orientar mães, pais e ou cuidadores pelas crianças sobre uma introdução alimentar saudável, a fim de fortalecê-los para que se tornem capazes de tomar decisões assertivas sobre a alimentação das crianças, uma vez que a alimentação saudável garante o crescimento e desenvolvimento adequado e é capaz de prevenir doenças futuras.

Objetivos específicos

- Mapear e identificar crianças que vão completar 6 meses;
- Identificar sinais de prontidão;
- Incentivar bons hábitos alimentares;
- Evitar consumo de alimentos açucarados, ricos em gorduras e ultraprocessados até os 2 anos;

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

- **PASSO 1** - Levantamento e identificação das crianças que completarão 6 meses de idade (solicitado a informação na sala de vacina, pois todas crianças nascidas faz o teste de pezinhos e é anotado os dados da criança no caderno);
- **PASSO 2** - Deixar reservado na agenda data para atendimento da criança
- **PASSO 3** - Próximo a data da consulta entrar em contato com responsável da criança para informar a data da consulta de puericultura com a nutricionista; OBS: caso a data escolhida não seja possível levar a criança, uma nova data é reagendada.
- **PASSO 4** - Na consulta é perguntado sobre o aleitamento, funcionamento intestinal, condições clínicas. Após, é identificado e orientado os sinais de prontidão, e posteriormente explicado sobre orientações nutricionais na introdução alimentar/alimentação para menores de 2 anos. Em todo o atendimento o responsável fica à vontade para tirar dúvidas.
- **PASSO 5** - Entrega de materiais orientadores para consulta no domicílio.
- **PASSO 6** - Em quaisquer dúvidas que surjam posteriormente, a nutricionista pode e deve ser consultada.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Atenção Primária à saúde e pediatria.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

No momento não há parcerias intersetoriais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Para a execução do projeto: participação de mães, pais e/ou outros responsáveis nas consultas.

Principais resultados alcançados

- Boa adesão a consulta de introdução alimentar;
- Demonstração de interesse dos pais;
- Relato de mães de como foi a experiência do primeiro filho (sem orientação) e do segundo filho (com orientação).

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

A consulta de puericultura para orientação de introdução alimentar foi inserida a cerca de um ano e até o momento está tendo boa adesão e interesse dos pais, porém ainda há pontos a serem estruturados e melhorados, assim como estruturação de dados quantitativos para um melhor acompanhamento do relato mencionado.

MOVIMENTO EM QUALQUER HORA E QUALQUER LUGAR: AMPLIAÇÃO DA OFERTA DE ATIVIDADE FÍSICA NO MUNICÍPIO

Município: Carmo do Cajuru

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: João Marcos Alves Melo, Fabiana Ferrari Fonseca Vilela, Adiane Rabelo de Souza, Nara Nunes Soares.

Resumo estruturado

Atividade física pode ser definida como qualquer movimento gerado pelo músculo esquelético que resulte em gasto calórico (DIAS, et. al.,2023). Pensando na proposta de ampliar a prática corporal e atividade física, o município estendeu a oferta de atividade física para o período noturno (o que já era ofertado pela manhã, tarde e esporadicamente à noite) como forma de facilitar acesso para diferentes públicos. Após ampliação da atividade física no período noturno, pela educadora física Nara (onde a mesma está trabalhando de 16:00 h às 20:00 h) foram realizadas nesta modalidade e no seguinte período outubro / 2023 à janeiro / 2024: 83 atividades coletivas com prática corporal e atividade física, todas neste horário estendido após 16:00h, onde delas participaram: Comunidade em geral- 100, Criança 0 a 3 anos - 18, Criança 4 a 5 anos - 24, Criança 6 a 11 anos - 26, Adolescente - 53, Mulheres- 47, Gestantes- 3, Homens - 45, Familiares - 23, Idosos - 47 e Pessoas com doenças crônicas - 43. Houve os recessos de final de ano, o que prejudicou a adesão.

Objetivo Geral

Incentivar a prática de atividade física aos munícipes.

Objetivos específicos

- Facilitar o acesso da prática de atividade física através da extensão do horário de oferta;
- Facilitar o acesso da prática de atividade física através da oferta em várias localidades;
- Incentivar a prática para todos os públicos, de diferentes idades.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Gestão; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A prática corporal e atividade física já é ofertada pelo município nos períodos da manhã e da tarde, com a educadora física Adiane, com o rodízio entre os bairros para que toda a população tenha possibilidade de acessar, sendo: de segunda à sexta-feira, 07:00 h da manhã, nos bairros, Nossa Senhora do Carmo, Centro e Bonfim; às segundas / terças-feiras Zonas Rurais; terças e quintas-feiras distrito de São José dos Salgados às 08:00 h; às quartas-feiras 07:10h, bairro Vitória, 12:40h Jardim Alvorada. Há grande participação destes grupos, principalmente do público de idosos, aposentados e pessoas de baixa renda. Neste sentido, pensando na possibilidade de ampliar a participação das pessoas, principalmente para aquelas que têm dificuldade de acesso devido ao horário de trabalho, utilizou-se a estratégia de criar grupos de atividades físicas nos períodos noturnos. Inicialmente, foi necessário levantar as necessidades e percebeu-se que para tal ação o município precisava reforçar o departamento de pessoal através da contratação de outro profissional de educação física. O recurso municipal utilizado para tal fim foi o Incentivo para Atividade Física (IAF), com custeio mensal e advindo do governo federal. Após este levantamento, procedeu-se ao processo seletivo simplificado e efetivação do firmamento de contrato com a profissional Nara. Foram realizadas reuniões de alinhamento, levantamento do público e a melhor forma de oferta. Criou-se a estratégia da oferta de atividade física / prática corporal para os bairros de melhor acesso para todos os munícipes. A partir de então, criou-se a seguinte escala: Segunda e Quarta 17:30 – público infantil – Bairro Nossa Sra Carmo - Quadra ao lado do Líbano; Segunda e Quarta 18:30 – Adulto – Bairro Nossa Sra Carmo - Quadra ao lado do Líbano; Terça e Quinta-feira 18:30 – Adulto- Bairro Centro - Praça da estação; Terça e Quin-

ta-feira 17:30 – Infantil - Bairro Centro; Sexta-feira Grupo em formação. As atividades iniciaram seu processo de divulgação e deram início em 02/10/2024 com excelente adesão de participação da comunidade.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

eSF, eSB e eMulti.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houveram.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Em 2023, foram realizadas 1200 atividades coletivas voltadas para atividade física / prática corporal, sendo, 806 delas no período da manhã, 390 no período da tarde e 04 no período tarde. Neste ano, o extrato das participações se deram da seguinte forma: Comunidade em geral, 903 pessoas; Crianças de 0 a 3 anos, 03; Criança 4 a 5 anos, 12; Criança de 6 a 11 anos, 45; Adolescentes, 27; Mulheres, 1167; 03 Gestantes; 465 Homens; 1020 Idosos; 640 Pessoas com doenças crônicas; 116 Usuários de tabaco; 89 Usuários de álcool; Usuários de outras drogas, foram 46; Pessoas com sofrimento ou transtorno mental somaram 333. Este volume foi realizado pela educadora física Adiane. A mesma trabalha 40 horas e por este motivo, conforme relatado, as atividades no período noturno, eram difíceis. Após ampliação da atividade física no período noturno, pela educadora física Nara (onde a mesma está trabalhando de 16:00 h às 20:00 h) foram realizadas nesta modalidade e no seguinte período outubro / 2023 – janeiro / 2024: 83 atividades coletivas com prática corporal e atividade física, todas neste horário estendido após 16:00h, onde delas participaram: Comunidade em geral 100, Criança 0 a 3 anos 18, Criança 4 a 5 anos 24, Criança 6 a 11 anos 26, Adolescente 53, Mulher 47, Gestante 3, Homem 45, Familiares 23, Idoso 47, e Pessoas com doenças crônicas 43. Houve os recessos de final de ano, o que prejudicou a adesão. Percebe-se um aumento expressivo no número de adolescentes e crianças na participação dos grupos após a criação do atendimento noturno. A prática regular de atividade física (AF) desde a primeira infância é um fator do estilo de vida que contribui de forma importante para um crescimento e um desenvolvimento saudáveis. Em contrapartida, o comportamento sedentário (CS) tem sido negativamente associado à saúde psicossocial, ao desenvolvimento cognitivo e à

aptidão física. A atividade física pode resgatar brincadeiras, deixar criança mais disposta e muito menos sujeita a uso de telas, que é um grande gargalo da atualidade (WANDERLEY JÚNIOR, et. al., 2022). Tanto durante o dia, quanto no período noturno, os grupos se tornaram espaços de convivência importante para a socialização dos participantes, de troca de experiência e fortalecimento de vínculos. Além de empoderar os usuários para realizar exercícios físicos sozinhos ou em grupos, mesmo quando não estiverem juntos com o profissional de educação física.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O exercício físico é um grande aliado na promoção da saúde, bem estar, desenvolvimento físico e mental. Muitos usuários relatam dificuldade de tempo, deslocamento e condições financeiras para não realizar atividade. Investir em políticas públicas que facilite o acesso é investir em prevenção e diminuir os gastos na média e alta complexidade.

GRUPO DE ATIVIDADE FÍSICA

Município: Raul Soares

Unidade Regional de Saúde: Ponte Nova

Autores: Daiane Lopes da Rocha; Matheus Carvalho Sette Abrantes; Samuel de Sousa Martins.

Resumo estruturado

A prática regular de atividade física é imprescindível em qualquer idade, além de ser considerada uma forma de preservar e melhorar a saúde e a qualidade de vida da população. O indivíduo que não pratica atividade física tem maiores chances de adquirir doenças crônicas não transmissíveis como hipertensão arterial e diabetes. **Objetivos:** O principal objetivo do início dos Grupos de Atividade Física no município de Raul Soares é a promoção da saúde e qualidade de vida da população. **Materiais e Métodos:** Os grupos de atividade física são realizados duas vezes por semana no período da manhã, com duração média de 50 minutos. São realizados exercícios de fortalecimento muscular, mobilidade, alongamentos e atividades aeróbicas. **Resultados:** Os principais resultados foram a melhora do desempenho físico, alívio de dores e melhora da saúde mental. **Conclusão:** Conclui-se que os participantes melhoraram a qualidade de vida após o início dos Grupos de Atividade Física.

Objetivo Geral

Promover qualidade de vida à população de Raul Soares.

Objetivos específicos

- Promover alívio de dores;
- Aumentar força muscular global;
- Melhorar condicionamento físico;
- Melhorar coordenação motora;
- Melhorar desempenho das atividades de vida diária;
- Melhorar a saúde mental.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

São realizados exercícios de fortalecimento muscular, mobilidade, coordenação motora, equilíbrio, alongamentos e atividades aeróbicas, usando o peso corporal e materiais alternativos. Os grupos de atividade física são realizados duas vezes por semana no período da manhã, com duração média de 50 minutos no Ginásio Poliesportivo, Capela Bom Jesus, Capela São Judas Tadeu e Quadra da Vila Barbosa. E nas ESFs dos distritos do município com frequência de uma vez por semana no período da manhã.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Parceria das Estratégias de Saúde da Família do município no convite da população cadastrada para participar dos Grupos de Atividade Física.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Parceria da secretaria de esporte e da Paróquia São Sebastião, no qual sede os espaços para a realização dos Grupos de Atividade Física.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, os participantes do grupo de atividade física levaram os materiais alternativos para a execução dos exercícios. Além disso, os participantes perceberam a melhoria da qualidade de vida após o início da participação dos grupos de atividade física.

Principais resultados alcançados

Participantes relatam melhora do desempenho físico, alívio de dores, melhora da qualidade do sono, aumento da participação social e melhora da saúde mental.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

Conclui-se que os participantes melhoraram a qualidade de vida após o início dos Grupos de Atividade Física. Portanto, é recomendado a implementação de Grupos de Atividade Física para a população, promovendo bem-estar dos participantes e prevenindo doenças.

AGOSTO DOURADO

Município: Ubaporanga

Unidade Regional de Saúde: Coronel Fabriciano

Autores: Adriana de Lourdes Lopes: idealizadora. Francieli Renata da Costa Andrade: organizadora.

Resumo estruturado

Agosto Dourado é uma campanha de incentivo ao aleitamento materno, promovida durante o mês de Agosto. A atividade contou com palestra e roda de conversa com doula e enfermeira, além de promover um ensaio fotográfico para as participantes do evento. Foram convidadas gestantes e lactantes, mas as gestantes foram quem mais participaram. A atividade contou com uma diversidade de boas surpresas: cenário especial para fotografias, brindes, lanches e muita informação.

Objetivo Geral

O objetivo é conscientizar sobre os benefícios da amamentação para a saúde do bebê e da mãe, além de estimular práticas de apoio e suporte às mães lactantes.

Objetivos específicos

- Incentivar práticas de apoio e suporte às mães lactantes, tanto no ambiente familiar quanto no público.
- Desmistificar mitos e tabus relacionados à amamentação.
- Reforçar a importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida do bebê, conforme recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS).
- Mobilizar a sociedade e os profissionais de saúde para garantir o direito das mulheres de amamentar seus filhos de forma adequada e respeitosa.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

- Comunicação do evento junto à administração;
- Reunião com profissionais da saúde, principalmente ACS's;
- Organização das atividades e convite aos parceiros;
- Mobilização e coleta de dados dos participantes.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria Municipal de Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde),

Administração

Colaboradores: enfermeira obstetra do Hospital Nossa Senhora Auxiliadora e fotógrafa Maria Angélica de Souza.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. A fotógrafa possui um canal nas redes sociais, onde apresenta diversos eventos culturais referentes ao município. A mesma sempre se dispõe a contribuir com as ações realizadas pela saúde.

Principais resultados alcançados

- Disseminação de informações precisas e objetivas;
- Maior contentamento das gestantes, com as informações adquiridas, com os brindes e principalmente, o arquivo das fotos.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

Em conclusão, o Agosto Dourado é uma importante campanha que visa promover e incentivar o aleitamento materno como uma prática essencial para a saúde e o desenvolvimento infantil. Ao conscientizar sobre os benefícios da amamentação, desmistificar tabus e oferecer suporte às mães lactantes, a campanha contribui para criar uma cultura de apoio à amamentação e garantir que todas as mulheres tenham acesso à informação e ao apoio necessário para amamentar seus filhos de forma adequada e respeitosa.

MOVIMENTA LUISLÂNDIA

Município: Luislândia

Unidade Regional de Saúde: Januária

Autores: Thielly Chaymenny Aguiar, Geraldo Newton Figueredo Lopes Junior.

Resumo estruturado

A falta de atividades físicas regulares vem sendo considerada um fator de risco para muitos agravos à saúde, diante disso foi criado o grupo Movimenta Luislândia, onde é realizada de segunda a sexta feira ofertando atividade física para toda população em dois turnos Matutino e noturno. É ofertada ginástica funcional com aparelhos, caminhada acompanhada com profissional educador físico, alongamentos, mobilidades e zumba. As ações do grupo são realizadas por uma profissional de educação física e todo grupo acompanhado por uma equipe multiprofissional (nutricionista, fisioterapeuta, psicólogo, médico). O presente projeto visa também aumentar a autoestima e melhorar a qualidade de vida da popula-

ção envolvida, a partir da redução das doenças mais prevalentes provocadas pelo stress e sedentarismo, como a hipertensão e o diabetes. Além das atividades físicas todos os participantes são acompanhados pela nutricionista periodicamente, onde realiza acompanhamento do IMC. Realizado dinâmicas de desafios para incentivar a população a se manter com os hábitos saudáveis e consequentemente contribuir para a promoção da saúde da população.

Objetivo Geral

Melhorar a qualidade de vida da população, promover saúde e incentivar inserção da população através das atividades físicas.

Objetivos específicos

- Ampliar o acesso da população às políticas públicas de promoção da saúde;
- Fortalecer a promoção da saúde como estratégia de produção de saúde;
- Potencializar as ações nos âmbitos da Atenção Primária em Saúde (APS), da Vigilância em Saúde (VS) e da Promoção da Saúde (PS);
- Promover a integração multiprofissional na construção e execução das ações;
- Estimular hábitos alimentares saudáveis.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O grupo é realizado diariamente por profissionais capacitados, realizando as atividades físicas e acompanhamento nutricional, além do apoio da equipe multiprofissional. São realizadas orientações sobre todo o benefício dos acompanhamentos e abordado diversas temáticas da saúde com os envolvidos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Equipe Multiprofissional, vigilância em saúde, saúde bucal e ESF.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

CRAS, CREAS, Academias Locais E Assistência Social.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Adesão ao Projeto, acompanhamento dos grupos de risco e melhora na qualidade de vida da população.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

As ações estão sendo de extrema importância para o município de Luislândia onde já foi possível notar nos acompanhamentos redução dos fatores de risco cardiovasculares, melhoras nos valores pressóricos, glicêmicos, lipídicos, nível de atividade física e integração social.

FORTALECENDO A CONVIVÊNCIA NO SUS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO GRUPO AMIGOS

Município: São Sebastião do Oeste

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Rosana Aparecida Gondim Diniz e Nádia Cristina Rodrigues Silva.

Resumo estruturado

O Grupo Amigos foi criado pela Secretaria Municipal de Saúde no ano de 2002, com o objetivo de proporcionar aos idosos do município um espaço de convivência e atividades diversificadas. Mas com o passar dos anos, a medida que a cidade foi crescendo, percebeu-se a necessidade de inserir nesse grupo, participantes que não eram idosos devido a inexistência de outros grupos para o acolhimento desse público. Assim, transformou-se em um grupo de faixas etárias diferentes com necessidade de incluir, por exemplo, usuários da saúde mental.

Após a criação do CCC em maio de 2023, observou-se a necessidade de inserir o Grupo Amigos em seu local de funcionamento uma vez que, possui usuários da saúde mental como participantes. Com essa mudança, pode-se ampliar a oferta das atividades, tais como: ginástica, dança, teatro, artesanato, jogos e palestras educativas. Essa diversificação permite que os participantes possam escolher as atividades que mais se adequam às suas preferências e necessidades. Além de promover a atividade física e o cuidado com a saúde, o grupo também busca estimular a mente dos participantes, por meio de debates, rodas de conversa e palestras sobre temas relevantes para a saúde, como alimentação saudável e bem-estar emocional. Ainda, são promovidos passeios a diversos lugares como teatro, intercâmbio com grupos de outras cidades, zoológico e clubes. Essa participação ativa contribui para a construção de uma sociedade mais inclusiva e atenta às necessidades dos idosos.

Objetivo Geral

Descrever a experiência do Grupo da Terceira Idade Amigos como uma iniciativa promissora para promover a saúde, o bem-estar e a integração social dos idosos.

Objetivos específicos

- Inserir o grupo Amigos no CCC;
- Promover oficinas e brincadeiras;
- Oferecer Atividade física;
- Fortalecer a Convivência.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Grupo Amigos foi criado pela Secretaria Municipal de Saúde no ano de 2002, com o objetivo de proporcionar aos idosos do município um espaço de convivência e atividades diversificadas. Mas com o passar dos anos, a medida que a cidade foi crescendo, percebeu-se a necessidade de inserir nesse grupo, participantes que não eram idosos devido a inexistência de outros grupos para o acolhimento desse público. Assim, transformou-se em um grupo de faixas etárias diferentes com necessidade de incluir, por exemplo, usuários da saúde mental.

Após a criação do CCC em maio de 2023, observou-se a necessidade de inserir o Grupo Amigos em seu local de funcionamento uma vez que, possui usuários da

saúde mental como participantes. Com essa mudança, pode-se ampliar a oferta das atividades, tais como: ginástica, dança, teatro, artesanato, jogos e palestras educativas. Essa diversificação permite que os participantes possam escolher as atividades que mais se adequam às suas preferências e necessidades. Além de promover a atividade física e o cuidado com a saúde, o grupo também busca estimular a mente dos participantes, por meio de debates, rodas de conversa e palestras sobre temas relevantes para a saúde, como alimentação saudável e bem-estar emocional. Ainda, são promovidos passeios a diversos lugares como teatro, intercâmbio com grupos de outras cidades, zoológico e clubes. Essa participação ativa contribui para a construção de uma sociedade mais inclusiva e atenta às necessidades dos idosos. Observa-se que a Promoção da Saúde através das atividades físicas, sociais e intelectuais, contribuem significativamente para a manutenção da saúde física e mental dos participantes. As atividades grupais proporcionam um espaço de convivência onde as pessoas podem se conectar com outras, reduzindo o isolamento social e a solidão. Verifica-se que a convivência com outras pessoas na mesma fase de vida possibilita a troca de experiências e saberes, enriquecendo o conhecimento coletivo. Desse modo, o Grupo Amigos ajuda a combater o estigma associado ao envelhecimento e a saúde mental, promovendo a inclusão social e a valorização da diversidade das experiências vividas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Profissionais da APS, Centro de Convivência e Cultura e Equipe multi.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

CRAS

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não

Principais resultados alcançados

Por meio de atividades diversificadas e do apoio emocional mútuo, esse grupo tem contribuído significativamente para melhorar a qualidade de vida dos participantes e fortalecer os laços entre eles e a comunidade em geral. A valorização e a ampliação dessas iniciativas são essenciais para garantir um estilo de vida saudável e feliz para nossos usuários. Viva o SUS.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

Desde sua criação, o Grupo Amigos tem sido uma iniciativa louvável para promover a saúde e a integração social dos idosos e da Saúde Mental, fortalecendo os laços com a comunidade. A valorização e a ampliação dessas iniciativas são essenciais para garantir o acesso à saúde e a inclusão.

ATUAÇÃO DO NASF NA CIDADE DE SÃO JOÃO BATISTA DO GÓRIA, MG

Município: São João Batista do Glória

Unidade Regional de Saúde: Passos

Autores: Claudiane Aparecida do Amaral, Fernanda Queiroz, Tatiane Quintiliano.

Resumo estruturado

Com o aumento da expectativa de vida o termo qualidade de vida tem sido cada vez mais objeto de estudo influenciando assim para a melhora da qualidade de vida do indivíduo. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) qualidade de vida é definida como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e dos contextos de valores nos quais ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Um estilo de vida ativo, resultante da prática da atividade física, contribui para a boa condição física, sendo considerada por Araújo e Araújo (2000) um dos fatores importantes para prevenção e manutenção da saúde, e um valioso instrumento de qualidade de vida para as pessoas. A criação dos núcleos de apoio à saúde da família (NASFs), por meio da portaria GM/MS n. 154, de 24 de janeiro de 2008, objetivou “ampliar a abrangência e o escopo das ações da atenção básica, bem como sua resolubilidade, apoiando a inserção da Estratégia Saúde da Família.

Objetivo Geral

O objetivo deste trabalho é apresentar as ações desenvolvidas pela profissional de educação física da equipe NASF do município de São João Batista do Glória. Sabendo dos benefícios da prática regular de atividade física sobre a saúde e a qualidade de vida.

Objetivos específicos

Verificar a percepção na melhora da qualidade de vida das praticantes de atividade física do grupo Vida Ativa do NASF do município de São João Batista do Glória, Minas Gerais.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Educação e Formação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A pesquisa teve uma abordagem qualitativa e exploratória, utilizando a pesquisa documental e com perguntas diretas como instrumentos de coleta de dados. O projeto tem aproximadamente 60 pessoas com idade entre 40 a 80 anos sendo a maioria mulheres. Atualmente o projeto conta com três grupos de atividade físicas sendo aulas de alongamento, ginástica e hidroginástica. Foi realizada uma entrevista com 30 alunas. As participantes foram informadas do objetivo da pesquisa e dos procedimentos de coleta de dados que seriam utilizados. Todos os que acordaram em participar da pesquisa assinaram o termo de consentimento livre As perguntas norteadoras foram: Quais os benefícios adquiridos após o início da prática da atividade física. O que você acha das ações desenvolvidas pelo projeto NASF no município.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O projeto conta com o apoio da Secretária Municipal de Saúde e Secretaria Municipal de Esportes do município.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria Municipal de Esportes

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A equipe NASF participou da entrevista das participantes dos grupos de ginástica.

Principais resultados alcançados

Após as coletas de dados verificou uma melhora significativa na qualidade de vida das participantes do grupo de ginástica, com relatos de melhora na ansiedade, quadros depressivos, autonomia nos afazeres domésticos, dores musculares e articulares, equilíbrio e diminuição nas quedas.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

Podemos concluir que o trabalho desenvolvido pela equipe NASF de São João Batista do Glória tem um impacto positivo na saúde e qualidade de vida das participantes.

INCLUSÃO SOCIAL ATRAVÉS DAS PRÁTICAS CORPORAIS

Município: IPABA

Unidade Regional de Saúde: Coronel Fabriciano

Autores: Jack de Souza Cardoso; José de Souza Junior.

Resumo estruturado

A presente mostra tem como objetivo ressaltar a importância das práticas corporais em grupo. Através do boxe chinês para crianças e adolescentes promovemos a inclusão social respeitando qualquer adversidade. O mesmo acontece no grupo da aeróbica, utilizamos a música como instrumento para diversão e socialização entre nosso público, contribuindo nas melhorias físicas e também na saúde mental. Recomendamos que tenha incentivo à prática de atividades coletivas e também que tenha um local e material adequado para realização dessas e outras modalidades.

Objetivo Geral

Permitir que a população tenha acesso às práticas corporais em aulas coletivas.

Objetivos específicos

Realizar atividades coletivas aos participantes independente de cor, raça, crença, ser típico ou atípico, permitindo a interação com outros indivíduos, através das práticas corporais aplicadas.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Utilizamos duas modalidades de Práticas corporais para contemplar e descrever sobre a proposta dessa amostra. A primeira que vamos discorrer sobre é o Boxe chinês,

uma modalidade de Arte Marcial ofertada para Crianças com idade entre 6 e 17 anos, no grupo hoje tem 135 alunos, alguns portadores de alguma doença como: Deficiente físico, que faz as atividades em cadeira de rodas, portadores de Síndrome de down e transtornos como TEA, TDAH, TOD. O atendimento é em grupo e todos realizam a mesma atividade, algumas adaptados de acordo com a necessidade de cada um. Brincadeiras de roda, jogo de perguntas, queimadas, piques, fazem parte da metodologia aplicada com objetivo de promover a interação social de todos. A segunda modalidade que vamos apresentar é a modalidade de Aeróbica. O grupo é composto por mulheres, totalizando 155 participantes com idades variadas, sendo de adolescentes até a faixa da Melhor idade, e conta também com alunos que possuem algum Transtorno Mental (que são acompanhados pelo CAPS). Assim como na modalidade anterior, as atividades também são coletivas, que proporcionam através da música movimentos ritmados e coordenativos. A música promove um ambiente alegre gerando uma sensação de bem estar e a interação social entre os indivíduos, o que nos permite observar que as pessoas ficam mais motivadas em realizar a prática.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não houve participação.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não houve participação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve participação.

Principais resultados alcançados

Podemos apresentar através da nossa percepção e dos relatos apresentados pelos alunos e pelos responsáveis, a vontade dos participantes em praticar essas modalidades e fazer parte das turmas. Outra forma de mostrar nossos resultados é o número da diversificação de alunos no mesmo grupo. No grupo do Boxe Chinês, os alunos típicos passaram a contribuir na participação dos alunos atípicos auxiliando durante as atividades, interagindo no momento de descanso e durante as brincadeiras, incluindo o colega mostrando a importância no grupo. No grupo da Aeróbica, percebe-se que a interação entre os participantes durante as atividades melhorou. A alegria e boas gargalhadas tornaram-se constantes. E também podemos notar, que indivíduos antes sedentários, passaram a ter mais disposição e sua capacidade cardiorrespiratória evoluiu e junto dessa mudança alu-

nos antes envergonhados ou até mesmo tímidos por não conseguirem fazer toda atividade, hoje demonstram estar mais preparados.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Nós como profissionais da área temos como objetivo ressaltar a importância das práticas corporais e sempre deixar claro os benefícios que a atividade física proporciona a todos nós. Compete a nós também incentivar as práticas corporais e o esporte em geral, pois os ganhos são imensuráveis. Por isso, ressaltamos a valorização do Profissional de Educação Física nas equipes de saúde e salientamos a importância de se ter todo o suporte com o espaço e materiais adequados para que a prática seja realizada.

MOVIMENTE

Município: SÃO GONÇALO DO ABAETÉ

Unidade Regional de Saúde: Patos de Minas

Autores: Kelly Batista Braga Lucas.

Resumo estruturado

Nos últimos anos, temos visto um declínio preocupante no nível de atividade física da população, o que tem contribuído para diversos problemas de saúde, tanto físicos quanto mentais. A Organização Mundial da Saúde (OMS) alerta para os perigos dos estilos de vida sedentários, que podem levar a graves problemas de saúde e até mesmo à morte prematura. A prática regular de exercícios físicos não só contribui para a saúde do corpo, mas também para a saúde mental. Estudos mostram que o exercício pode reduzir o risco de depressão e melhorar a cognição em pessoas idosas. Por isso, o “Movimente” surge como uma ferramenta essencial na promoção da saúde e na prevenção de doenças.

Objetivo Geral

O “Movimente” é um projeto da Secretaria Municipal de Saúde, que tem como objetivo estimular e oportunizar o cuidado da saúde física e mental da população. Através de práticas regulares de atividades físicas e mentais, buscamos promover a saúde física, psicossocial, bem-estar e qualidade de vida para todos os cidadãos.

Objetivos específicos

Melhor qualidade de vida e bem-estar, vida saudável e ativa.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O “Movimente” oferece uma variedade de atividades para todos os gostos e idades. Nas praças da cidade, você pode participar de aulas de Zumba, YOGA, HitBox e Funcional. Além disso, o projeto é oferecido a terceira idade com aulas de Yoga, Dança, Zumba, Alongamentos e Biodança.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria de Governo e Planejamento, Agentes comunitários de Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de Governo e Planejamento

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Uma comunidade mais saudável e Feliz.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Os benefícios do “Movimente” são numerosos e transformadores:

- Pessoas mais saudáveis, reduzindo a necessidade de acesso aos serviços de saúde.
- População com maiores níveis de saúde física e mental.
- Nossos índices em promoção da saúde melhoraram muito, no Previne Brasil tivemos em primeiro lugar da região.

I GINCANA DA SAÚDE: RUBIM - MG / HUMANIZAÇÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO TRABALHADOR

Município: Rubim

Unidade Regional de Saúde: Pedra Azul

Autores: Marcos Damasceno Dutra (Secretário Municipal de Saúde), Arthur Botelho Benevides Cruz, Giovani Ferreira, Hillana Barros Santana, Idarleide Costa Barros e Mariana Barbosa Santos.

Resumo estruturado

A promoção da saúde, como um modo de pensar e de operar articulado às demais políticas e tecnologias desenvolvidas no Sistema Único de Saúde, contribui na construção de ações que possibilitam responder às necessidades sociais em saúde. Este projeto tem como objetivo desenvolver a Promoção da Saúde do Trabalhador através das práticas de Humanização integrando todos os setores da Secretaria Municipal de Saúde de Rubim – Minas Gerais. Desde 2022, a Secretaria Municipal de Saúde tem buscado implementar processos de trabalho que promovam qualificação e valorização dos colaboradores no processo de construção do SUS. Neste sentido, para fortalecer estes processos, lideranças da Secretaria Municipal de Saúde idealizaram o projeto: GINCANA DA SAÚDE, o qual foi realizado em Maio de 2023, em comemoração ao Dia do Trabalhador. Os processos laborais desenvolvidos com a Gincana possibilitaram o fortalecimento de vínculos, de corresponsabilidade, e da integração entre gestores e trabalhadores, despertando para ambientes saudáveis de trabalho. Esta Humanização na Promoção da Saúde do Trabalhador demonstra a visão de promoção de saúde integral, baseada em um modelo de atenção fundamentado pela organização do trabalho em equipe.

Objetivo Geral

Desenvolver a Promoção da Saúde do Trabalhador através das práticas de Humanização integrando todos os setores da Secretaria Municipal de Saúde de Rubim – Minas Gerais

Objetivos específicos

- Reorientar os serviços de saúde para desenvolver modelos de atenção que estimulem a promoção da saúde;
- Estimular conexões multissetoriais para promoção da saúde no ambiente de trabalho;
- Promover a saúde laboral dos profissionais da Secretaria Municipal de Saúde;
- Proporcionar iniciativas educativas para a reflexão a respeito do estilo de vida, comportamentos e ambientes saudáveis.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A promoção da saúde, como um modo de pensar e de operar articulado às demais políticas e tecnologias desenvolvidas no Sistema Único de Saúde, contribui na construção de ações que possibilitam responder às necessidades sociais em saúde. Desde 2022, a Secretaria Municipal de Saúde tem buscado implementar processos de trabalho que promovam qualificação e valorização dos colaboradores no processo de construção do SUS. Desta forma, foi institucionalizado um Núcleo de Planejamento e Gestão em Saúde, o qual propõe a elaboração de ações voltadas à promoção da saúde abrangendo as áreas de Humanização, Gestão do Trabalho, Educação na Saúde e Participação Social.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde):

Tivemos a parceria da atenção primária à saúde, CAPS I, CAPS AD, Academia da Saúde, Farmácia de Minas.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

Não houve parceria com Outras secretarias.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Os processos laborais desenvolvidos com a Gincana possibilitaram fomentar a Política de Promoção da Saúde e a Política de Humanização, pois houve o fortalecimento de vínculos, de corresponsabilidade, e da integração entre gestores e trabalhadores, despertando para ambientes saudáveis de trabalho, inclusive após meses da conclusão do projeto, tecendo redes no sentido da conscientização da participação ativa de cada um nos serviços de saúde.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Os processos laborais desenvolvidos com a Gincana possibilitaram fomentar a Política de Promoção da Saúde e a Política de Humanização, pois houve o fortalecimento de vínculos, de corresponsabilidade, e da integração entre gestores e trabalhadores, despertando para ambientes saudáveis de trabalho, inclusive após meses da conclusão do projeto, tecendo redes no sentido da conscientização da participação ativa de cada um nos serviços de saúde.

MOVIMENTO SAÚDE

Município: Papagaios

Unidade Regional de Saúde: Sete Lagoas

Autores: Luana De Souza Bahia.

Resumo estruturado

No município de Papagaios, temos nossos grupos de exercícios há 3 anos e apresenta constância, disciplina e ótimos resultados. Todas as unidades de ESFS são atendidas e contamos com parcerias que fazem com que nossos resultados sejam ainda melhores.

Objetivo Geral

O exercício físico é a chave para promoção da saúde. E baseado nisso, oferecemos o mesmo através dos nossos grupos de exercícios (movimento saúde) onde atendemos adultos, idosos, pessoas com doenças crônicas, gestantes e crianças. Temos como objetivo a melhora da qualidade de vida dos nossos alunos através do exercício.

Objetivos específicos

Temos como objetivo específico melhorar a vida do paciente (aluno) para evitar que ele tenha complicações relacionadas a doenças como hipertensão arterial, diabetes, obesidade, doenças mentais entre outras. O aluno que pratica exercícios físicos regularmente apresenta inúmeras melhoras no quadro de saúde em geral, sendo assim evitando outras doenças.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Educação e Formação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Papagaios conta com 4 unidades de ESF (programa saúde da família) e atendemos todas as unidades de saúde e também a zona rural.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde):

A Secretaria Municipal de Saúde de Papagaios oferece veículos, materiais e tudo que é necessário para a execução das aulas. Contamos também com o apoio da Prefeitura Municipal de Papagaios, da Secretaria Municipal de Educação e Assistência Social disponibilizando os espaços para o trabalho.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde)

A Secretaria Municipal de Saúde de Papagaios oferece veículos, materiais e tudo que é necessário para a execução das aulas. Contamos também com o apoio da Prefeitura Municipal de Papagaios, da Secretaria Municipal de Educação e Assistência Social disponibilizando os espaços para o trabalho.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. A comunidade está sempre se manifestando diante das nossas decisões relacionadas ao nosso grupo de exercícios.

Principais resultados alcançados

Os resultados que alcançamos nesse período foram a melhora da qualidade de vida em geral. Melhora da saúde mental, melhora da obesidade, da hipertensão arterial, das dores no corpo e sendo assim alcançamos uma melhoria para toda a vida desse aluno.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada:

Estamos integrando as PICS também no nosso município e acreditamos ser de grande ajuda para nossos grupos de exercícios.

SAÚDE NA PRAÇA

Município: Iguatama

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis.

Autores: Flaviane Lopes Coutinho

Resumo Estruturado

Saúde na praça é um projeto que acontece em todos os bairros da cidade de Iguatama, além da zona rural/ Apae e asilo. Com intuito de promover saúde através de exercícios físicos de forma gratuita e ao ar livre, incluindo todos os públicos! Proporcionando maior independência e funcionalidade no dia a dia dos participantes. Contamos com exercícios que envolvem melhora do equilíbrio, força, agilidade, lateralidade e muito mais... Uma vez ao mês temos a visita da equipe da enfermagem para aferição de pressão, controle de glicemia e também da nutricionista para pesagem de todos os participantes, além de orientação e dicas de hábitos saudáveis. Atualmente somos mais de 150 participantes e está crescente cada vez mais.

Objetivo Geral

Gerar na população iguatamense uma cultura de promoção de saúde através do exercício físico, de compreender que a Unidade Básica de saúde, existe para prevenir e promover saúde e evitar que as doenças cheguem.

Objetivos específicos

- Divulgar informações de promoção à saúde;
- Estimular a adoção de novos hábitos de vida saudável;
- Propiciar uma melhora da lateralidade, equilíbrio, flexibilidade, força e bem estar;
- Oferecer mais funcionalidade e indecência no dia a dia;
- Promover socialmente pessoas em situação de vulnerabilidade, e inserção social de pessoas com maiores dificuldades e idosos.
- Um outro objetivo é manter os indicadores de Iguatama como referência em serviços de atenção primaria de saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O primeiro passo foi realizar um levantamento através das informações do PEC, dos usuários com doenças crônicas de cada UBS e em seguida feito o primeiro contato com cada usuário pelo telefone, onde foi explicado o motivo do contato e feito o convite para participação do projeto Saúde na Praça. Após esse primeiro contato, foi feito o segundo através dos agentes comunitários que entregaram em suas residências um convite com as informações principais de local e hora que aconteceria o 'Saúde na praça'. O primeiro grupo formado foi o da praça central da cidade, pois abrangia um território maior de usuários. Começamos com atividades funcionais e leves com a participação de aproximadamente 5 participantes, mulheres e acima de 50 anos. Ao passar das semanas e através da divulgação do projeto por meio das redes sociais da prefeitura de Iguatama e dos profissionais envolvidos, o grupo do centro foi aumentando. Em vista a adesão da população e a repercussão nas redes sociais, foi planejado pela secretaria de saúde e a profissional de educação física expandir o projeto para os outros bairros da cidade; onde adotamos os mesmos passos: levantamento de usuário com doenças crônicas, fazer contato pelo telefone e visita dos agentes comunitários para o convite presencial com informações escritas do local e horário de cada grupo.

A adesão da população foi tão positiva que ampliamos o projeto também para a zona rural, apae e asilo. Usando recurso das redes sociais para alcançar mais pessoas, com fotos e vídeos das práticas ofertadas, assim a cada semana aumentava os participantes do projeto saúde na praça em todos os bairros.

Com o aumento significativo dos usuários aos grupos, contamos com a parceria da Nutricionista que vai aos grupos uma vez ao mês para pesagem e incentivo à alimentação saudável, com isso no final da aula é ofertado um delicioso café saudável aos participantes. A equipe de enfermagem que também vão uma vez ao mês para aferição de pressão e controle de glicemia de todos os integrantes do grupo. Oferecendo atendimento ao usuário e estimulando a aproximação do mesmo da sua UBS, levando serviço de qualidade aquele que muitas das vezes não tinha frequência aos serviços de saúde prestados pelo município.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Nutricionista: Pesagem dos participantes e orientações saudáveis (1 vez ao mês).

Equipe de enfermagem: Aferição de pressão e controle de Glicemia (1 vez ao mês).

Secretaria de educação: Apoio geral e distribuição de brindes para os participantes.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Equipe da comunicação: Montagem das artes para divulgação do projeto “Saúde na Praça”, vídeos e fotos feito por eles para divulgação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve participação da comunidade através da divulgação do “boca a boca” para convidar e compartilhar a experiência que teve na saúde na praça com outras pessoas.

Principais resultados alcançados

O projeto Saúde na Praça se configura em uma boa ferramenta de educação em saúde e práticas corporais coletivas. Dentre os principais resultados e benefícios para os usuários que deles participam, podemos citar: propiciaram a adoção de hábitos de vida saudável; promovem a socialização dos participantes; melhoram a autonomia dos participantes e sua corresponsabilização no cuidado integral à saúde.

Também observamos uma maior proximidade entre a equipe de saúde e a comunidade propiciando o fortalecimento dos vínculos, a equipe de saúde também consegue ter um olhar mais amplo das condições de saúde da população, possibilitando ações mais pertinentes com a realidade e também oferta de atendimentos mais humanizados.

Em números, atualmente o grupo conta com mais de 150 participantes e quando começamos éramos no máximo 30 pessoas. O grupo é crescente e ativo.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Saúde na Praça é um projeto que envolve uma ação interdisciplinar da atenção primária à saúde o que contribui para alcançarmos os indicadores de saúde, como práticas corporais /atividades físicas e educação em saúde. Elegendo Iguatama ao primeiro lugar em serviços de saúde de Atenção Primaria da nossa microrregião de saúde. Ressaltamos também que através deste projeto estamos construindo relacionamentos entre a equipe de saúde e a população sensíveis não apenas às ações de assistência e de reabilitação, mas também àqueles referentes à promoção da saúde e ao aprimoramento do SUS mediante a prática interdisciplinar que oferece mais saúde á todos, sem distinção.

