



PÔSTER

Cuidado individual, familiar e comunitário

A experiência do grupo de prevenção da dor em Manguinhos - RJ

Mellina Marques Vieira Izecksohn. Território Integrado de Atenção à Saúde (TEIAS) Escola Manguinhos - Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP). mellmarques@hotmail.com
 Daniela de Souza Mendes. Território Integrado de Atenção à Saúde (TEIAS) Escola Manguinhos - Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP). dani.danifisio@hotmail.com
 Vera Lucia de Andrade Soares. Território Integrado de Atenção à Saúde (TEIAS) Manguinhos - Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP). v.de.soares@bol.com.br

Introdução: Um dos focos da Estratégia de Saúde da Família é promover o bem estar do usuário e ajudar a prevenir doenças, bem como promover saúde. Muitas pessoas procuram suas equipes devido a dores no corpo, seja coluna, ombro ou “na alma”. O que melhor que uma equipe multidisciplinar para intervir nesse problema.

Objetivos: O grupo de dor surgiu com o objetivo de potencializar o trabalho da fisioterapeuta do NASF, responsável por 15 equipes de saúde da família, ensinando a um maior número de usuários ao mesmo tempo como prevenir alguns quadros algícos.

Metodologia ou Descrição da Experiência: Na reunião de equipe de planejamento semanal foi apresentada a lista das principais queixas presentes no acolhimento e a dor se destacava de maneira importante. Muitos dos usuários de nossa área trabalham com limpeza, como cozinheiros, garçons, e apresentam dor por posturas e formas de carregar peso inadequadas. A fisioterapeuta do NASF foi convidada a participar da reunião, quando a médica propôs a realização de um grupo de dor, onde seria enfatizado o autocuidado e ensinado a prevenir e amenizar suas dores musculares. Os encontros ocorrem na Comunidade e utilizam utensílios domésticos como cadeiras e cabos de vassoura.

Resultados: Os encontros ocorrem mensalmente, com a participação da fisioterapeuta, da médica, da técnica de enfermagem e das agentes comunitárias. A média de participação é de 29 usuários. Alguns, a princípio, muito frequentadores da Unidade por queixas algícas, passaram a ser fieis ao grupo onde fazem questão de dar seu depoimento sobre o alívio das dores, e fazem questão de levar seus familiares aos encontros. Aprendendo exercícios simples que podem ser realizados em casa, inclusive ao ver novela, como comentam, conseguiram uma melhora de sua qualidade de vida.

Conclusão ou Hipóteses: A promoção da saúde ficou evidenciada nessa equipe como fundamental para melhora da qualidade de vida das pessoas. Dores, outrora apenas aliviadas com uso de medicação analgésica ou anti-inflamatória que traziam consigo outros problemas, já não fazem parte da vida de algumas pessoas. Além disso, se mostrou eficaz em organizar parte da demanda espontânea que tanto sufoca as equipes.

Palavras-chave: Dor. Prevenção. Grupo.