



RELATO DE EXPERIÊNCIA: PROMOÇÃO E PREVENÇÃO EM SAÚDE ATRAVÉS DE UM GRUPO COMUNITÁRIO

REBECCA KATRINE PEREIRA MARTINS; HOSMANY BEZERRA RAMOS; JÚLIA HELLEN SANTANA DA SILVA; MARCELA TORRES DA SILVA; SARAH CRISTINA MONTES CANUTO

INTRODUÇÃO: um grupo comunitário de atividade física tem como objetivo promover práticas corporais e educação em saúde com a finalidade de melhorar o nível de atividade física e a qualidade de vida da comunidade. A educação em saúde consiste em um conjunto de ações que visam promover conhecimento a respeito de processos, comportamentos e boas práticas em saúde. **OBJETIVOS:** relatar a experiência de uma equipe multiprofissional de residentes em Saúde da Família promovendo educação em saúde e atividade física em um grupo comunitário da área de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) na cidade de Aracaju -Sergipe. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** O grupo Viver Bem executa suas atividades nas dependências de um condomínio no território da UBS, com acesso livre a todos os usuários. O grupo foi fundado por um residente Profissional de Educação Física, e mantido pelos residentes de todas as profissões do programa: Educação Física, Enfermagem, Farmácia e Fonoaudiologia. As atividades acontecem três vezes na semana e são desenvolvidas práticas corporais, como atividades aeróbicas, alongamento, circuito de exercícios, caminhada ao ar livre, além de educação em saúde desenvolvida em oficinas, jogos de perguntas, rodas de conversas, abordando temas como: hipertensão arterial, diabetes, alimentação saudável, entre outros. **DISCUSSÃO:** Seguindo as ações e serviços ofertados pelo Sistema Único de Saúde (SUS), o grupo gera promoção e prevenção em saúde de forma multiprofissional e interdisciplinar, sendo o usuário o centro do cuidado, e esse executado de forma integral, distanciando-se do modelo biomédico de promoção de saúde. Essa forma de ação é benéfica tanto para o usuário quanto para os profissionais que executam, pois melhora a qualidade de vida, o entrosamento e comunicação da equipe, além dos conhecimentos técnicos adquiridos a partir do compartilhamento do serviço. **CONCLUSÃO:** Os usuários respondem bem a esse serviço e relatam melhoria na saúde física e mental, além de aumentar a sociabilidade da área. Assim, percebe-se que ações e serviços em grupo têm importância fundamental para modificar e impactar na qualidade de vida dos usuários assistidos.

Palavras-chave: Atividade física, Educação em saúde, Grupo comunitário, Promoção em saúde, Prevenção em saúde.