



GRUPO DE DOR CRÔNICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

LUCÉLIA SOUZA MARTINS; MÁRCIA MARIA MARCONDES DE ALMEIDA; DANIEL VISENTIN DE MORAES FERREIRA; ISABELA REGINA DE OLIVEIRA

INTRODUÇÃO: A dor crônica é definida como “uma experiência desagradável, sensitiva ou psicológica, associada ou não a um dano real”, que tenha duração maior que 6 meses trazendo prejuízos à rotina do indivíduo. Dentre as possibilidades terapêuticas na atenção primária à saúde (APS) estão os grupos, que buscam um olhar integral e assistência ampliada, tendo como principal trabalho, o do fisioterapeuta, e apoio da equipe multiprofissional. **OBJETIVOS:** Tratamento e alívio da dor crônica melhorando a qualidade de vida destes pacientes, além de utilização de Práticas Integrativas e Complementares (PIC's) como estratégias terapêuticas, buscando a integralidade do cuidado, bem como educação em saúde. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** O grupo é realizado em um território de uma Unidade de Saúde da Família (USF) da zona norte de Sorocaba - SP. Os encontros são realizados às quartas-feiras, quinzenalmente, desde junho/2022, com duração de uma hora, utilizando técnicas fisioterapêuticas, auriculoterapia e educação em saúde multiprofissional, através de temas previamente selecionados. Grupo aberto, composto, em sua maioria, pela terceira idade. Os materiais utilizados são bastões, colchonetes, bolas de tênis e ataduras. **DISCUSSÃO:** Observa-se um bem-estar físico e emocional das participantes, além disso, relatam uma redução da dor, melhora da qualidade do sono, fortalecimento do autocuidado, principalmente por conseguirem reproduzir os exercícios em suas rotinas e maior conhecimento sobre sua saúde. **CONCLUSÃO:** Diante do exposto, podemos concluir que as atividades grupais trazem benefícios para os usuários, dando acesso à educação em saúde, trabalhando a socialização e o pertencimento quanto ao território. Os resultados impactam positivamente na qualidade de vida de cada um deles, trazendo benefícios físicos, como a redução dos níveis de dor, como também, benefícios para a saúde mental e empoderamento deste público, além de ampliar o acesso ao cuidado.

Palavras-chave: Dor crônica, Fisioterapia, Atenção primária à saúde, Integralidade, Educação em saúde.