



PRÁTICAS CORPORAIS DE ATIVIDADE FÍSICA E A PROMOÇÃO DE SAÚDE EM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

LUCIANO GOMES RIBEIRO; MÁRCIO LEONEL COSTA; LUANA LOPES DO CARMO;
LORENA LORAYNE TEIXEIRA DE CARVALHO; HEBERT JANSEN OLIVEIRA LIMA

INTRODUÇÃO: As Práticas Corporais de Atividade Física (PCAF) são ferramentas de promoção da saúde, estas foram incluídas como tema prioritário na Política Nacional de Promoção à Saúde (PNPS) em 2014, uma vez que tais práticas impactam diretamente nas condições de saúde do indivíduo de modo integral. **OBJETIVOS:** O objetivo desse estudo é relatar as experiências das PCAF vivenciadas em um grupo de convivência na atenção primária à saúde. Esse foi realizado por um profissional de Educação Física residente que atua conjuntamente em uma Unidade Básica de Saúde no município de Iguatu-CE, com início no período de maio a agosto de 2022. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** As PCAF acontecem no território semanalmente com um grupo da terceira idade ou pessoa idosa, público esse adscrito no território e mobilizado pelos profissionais da unidade. No que tange às PCAF são realizadas das mais variadas formas, como: exercícios funcionais, ginástica aeróbica, dança, etc. visando aprimorar a aptidão e o estilo de vida dos envolvidos nas atividades, prezando sempre pela autonomia dos participantes. Busca-se, desse modo, uma forma de promover saúde fugindo um pouco da concepção do modelo tradicional centrado apenas na doença e dentro do consultório. **DISCUSSÃO:** Os encontros são realizados em um ambiente arborizado, em contato com a natureza e ao ar livre, o que acredita-se ser um fator positivo. Ademais, uma equipe de Residência multiprofissional em Saúde, composta por várias ocupações profissionais, atua conjuntamente com o grupo a partir de rodas de conversas, nas quais promovem ações e aconselhamentos sobre diversas temáticas como: alimentação saudável e redução de danos, saúde mental, prevenção de quedas, saúde bucal e benefícios da atividade física. **CONCLUSÃO:** Em suma, as experiências das PCAF mostraram-se exitosas por promoverem benefícios não somente físicos, mas mentais e, como um grupo de convivência, fortalecendo os vínculos e o apoio social entre os participantes.

Palavras-chave: Saúde, Atividade física, Promoção da saúde, Promoção da saúde, Saúde.