



PRÁTICAS CORPORAIS NA COMUNIDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

VININCIUS BORGES DE MEDEIROS; FRANCISCO ARI SOARES MAGALHAES JUNIOR;
ANTONIA LETICIA XIMENES DE OLIVEIRA; MARIA DENISE DE MELO MACHADO;
MARIA ALICE SOARES LIMA

Introdução: A atividade física quando orientada, serve como uma ferramenta de cuidado com a saúde do sujeito e com as equipes multiprofissionais na atenção primária o cuidado foi ampliado. Dentro dessas equipes o profissional de educação física desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, inclusão social, e qualidade de vida dentro das comunidades. **Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da participação do profissional de educação física residente em Saúde da Família e Comunidade em um Grupo de práticas corporais efetuado no município de Crateús - Ceará. **Relato de Experiência:** É um estudo de caráter descritivo com abordagem qualitativa que utiliza a técnica da sistematização da experiência. Sendo identificada uma demanda em saúde coletiva na territorialização. O grupo foi realizado na praça do território do bairro Maratoan, com aproximadamente 15 pessoas, com faixa etária entre 35 e 60 anos, homens e mulheres, convidados pelos agentes de saúde do bairro. As atividades foram realizadas duas vezes por semana, com duração de uma hora, no período noturno, sendo conduzido por uma equipe multiprofissional, no qual o profissional de educação física residente estava a frente utilizando técnicas de alongamento, exercícios físicos de força e cardiorrespiratórios, yoga, step dance, práticas de relaxamento e automassagem. A intervenção do grupo durou entre abril e novembro de 2023. E os participantes relatam diminuição de peso corporal, aumento na resistência física, melhora do sono e ansiedade. **Conclusão:** A atuação do profissional de educação física residente na promoção do cuidado e educação em saúde no grupo foi enriquecedor, uma vez que possibilitou o bem estar da população e o incentivo a prática de exercícios físicos de forma regular. Observou-se que a comunidade é um espaço com dificuldades, mas também com potencial para fortalecer o vínculo entre equipe profissional e usuários em prol da promoção de saúde.

Palavras-chave: Atividade física, Grupos, Profissional de educação física, Comunidade, Promoção de saúde.