



ATUAÇÃO DE RESIDENTES MULTIPROFISSIONAIS NO GRUPO SAÚDE EM MOVIMENTO: PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO E SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

POLYANA ROCHA OLIVEIRA; DALAINE NOGUEIRA SILVA; IDALZINA CORRÊA REHEM;
DEJEANE DE OLIVEIRA SILVA; SILVIO APARECIDO FONSECA

Introdução: As atividades em grupo são uma estratégia eficaz nas ações multiprofissionais de saúde, promovendo mudanças na forma como os indivíduos compreendem e cuidam da própria saúde. Esses grupos facilitam a promoção do autocuidado, a prevenção de doenças e o fortalecimento das relações entre usuários e serviços de saúde. No Sistema Único de Saúde (SUS), esses grupos, especialmente na Atenção Primária à Saúde (APS), são essenciais para o atendimento integral e contínuo. **Objetivo:** Relatar a experiência de residentes multiprofissionais em saúde da família na condução do grupo saúde em movimento, direcionado aos usuários numa Estratégia de Saúde da Família. **Relato de Experiência:** Entre agosto de 2023 a agosto de 2024, foram realizadas atividades semanais, turno matutino, em uma Estratégia de Saúde da Família no sul da Bahia conduzidos pela fisioterapeuta e nutricionista residentes. Inicialmente, idealizado pela fisioterapeuta residente para atender à alta demanda, o grupo contou com uma média de 10 participantes (incluindo profissionais da equipe), majoritariamente mulheres idosas com condições crônicas como diabetes, hipertensão e dores articulares. As atividades, utilizando materiais improvisados e equipamentos simples, focaram em exercícios de baixa intensidade, com alongamento, fortalecimento e relaxamento, além de rodas de conversa sobre alimentação e cuidados com a saúde. Como também o uso de óleos essenciais e músicas a fim de criar um ambiente mais descontraído e estimular uma interação mais ativa entre os participantes. Durante os encontros, também foram realizadas dinâmicas de mito ou verdade, distribuídos folders com orientações nutricionais e receitas saudáveis, além de ser criado um grupo no WhatsApp para facilitar a comunicação e adesão dos participantes. Os resultados relatados incluem redução de dores, melhorias nos parâmetros glicêmicos e pressóricos, além de melhorias nos hábitos alimentares e qualidade de vida. **Conclusão:** A experiência com o grupo saúde em movimento mostrou-se eficaz na promoção do autocuidado e na melhoria da saúde dos participantes, evidenciando a importância das atividades em grupo como estratégia de promoção da saúde na APS. A adesão dos usuários, bem como os resultados positivos alcançados, reforça o impacto dessas ações no SUS.

Palavras-chave: **GRUPOS EM SAÚDE; ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE; EQUIPE MULTIPROFISSIONAL; CONDIÇÕES CRÔNICAS; QUALIDADE DE VIDA**