

# Vivências dos alunos da fisioterapia na atenção primária com mulheres da comunidade do Bairro Alto: relato de experiência

*Experiences of physiotherapy students in primary care with women from the Bairro Alto community: experience report*



**Simonetti Faquim<sup>1</sup>, Gessica Nair Farias Eleuterio dos Santos<sup>2</sup>, Maria Eduarda de Oliveira<sup>3</sup>, Bruna de Oliveira dos Santos<sup>4</sup>, Sophia Bortolan Selski<sup>5</sup>, Ana Karuliny de Cassia dos Reis<sup>6</sup>, Beatriz Komar de Carvalho<sup>7</sup>, Victor Bueno Barbosa<sup>8</sup>, Natanye Nair Valencio<sup>9</sup>, Fernanda Sanches Santos<sup>10</sup>, André Bomfim Ferreira<sup>11</sup>, Ana Carolina Brandt de Macedo<sup>12</sup>, Ariani C. Szkudlarek<sup>13</sup>, Natália Boneti Moreira<sup>14</sup>, Rubneide Barreto Silva Gallo<sup>15</sup>, Talita Gianello Gnoato Zotz<sup>16</sup>**

## RESUMO

O presente artigo busca relatar a experiência dos alunos do 4º período, do curso de fisioterapia da Universidade Federal do Paraná em atividades de promoção de saúde e prevenção de doenças realizadas com um grupo de mulheres na comunidade do Bairro Alto. Foram realizados treze encontros que incluíam rodas de conversa e atividades que buscavam informar sobre temas relacionados à saúde e prevenir o aparecimento de disfunções. Cada encontro possuía uma rotina de aferição da pressão arterial (PA) no início e no final das atividades e era liderado por um aluno que realizava rodas de conversa sobre o tema em questão, além de propor exercícios de alongamento, fortalecimento e/ou aeróbio. Ao final de cada encontro era entregue um folder com informações referentes ao tema abordado. Durante os encontros foi possível ampliar a visão biopsicossocial dos alunos em relação à atenção primária, em especial dos usuários da Unidade de Saúde do Bairro Alto. Além de entrelaçar os saberes interdisciplinares, aplicando-os nas vivências com a comunidade; promovendo assim um crescimento profissional e pessoal aos discentes. Através deste estudo os discentes adquiriram maior conhecimento com relação à atenção primária, por meio da experiência enriquecedora da vivência prática.

**Palavras-chave:** Educação em saúde; Promoção da saúde; Prevenção de doenças; Atenção primária à saúde; Fisioterapia.

## ABSTRACT

A report the experiences of physiotherapy students from the 4th period of the Federal University of Paraná with health promotion and disease prevention activities conducted with a group of women in the community of Bairro alto. Thirteen meetings were held that included lectures and activities that sought to inform on a range of health-related topics and to prevent the onset of dysfunctions. Each meeting had a routine of blood pressure (BP) measurement at the beginning and at the end of the activities and was led by a student who gave lectures and discussions in the form of conversation circles on the subject in question and proposed stretching, strengthening exercises or aerobics. At the end of each meeting, a folder with information about the topic was delivered. During the meetings, it was possible to broaden the biopsychosocial view of primary care users, especially users of the Bairro Alto Health Unit. In addition to intertwine the interdisciplinary knowledge applying them in experiences with the community; thus promoting a professional and personal growth to the students. Through this study, students acquired greater knowledge in relation to primary care, through the enriching experience of practical experience.

**Keywords:** Health education, health promotion, disease prevention, primary health care, physical therapy.

- <sup>1</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [simonettifaquim@gmail.com](mailto:simonettifaquim@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3939-9357>
- <sup>2</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [gessica.eleuterio15@gmail.com](mailto:gessica.eleuterio15@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2995-023X>
- <sup>3</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [mariaeoliveira98@gmail.com](mailto:mariaeoliveira98@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6046-2491>
- <sup>4</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [brunasantos1411@gmail.com](mailto:brunasantos1411@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2274-6076>
- <sup>5</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [sophiaselski@gmail.com](mailto:sophiaselski@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8238-1235>
- <sup>6</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [anaakaru@gmail.com](mailto:anaakaru@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2431-8569>
- <sup>7</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [Biakomar18@gmail.com](mailto:Biakomar18@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3142-3757>
- <sup>8</sup> Graduando de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [vicbueno@gmail.com](mailto:vicbueno@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1815-4924>
- <sup>9</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [naty.ginav@gmail.com](mailto:naty.ginav@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5538-5508>
- <sup>10</sup> Graduanda de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [fsanchessantos@gmail.com](mailto:fsanchessantos@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6953-5220>
- <sup>11</sup> Graduando de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [andrebomfim90@gmail.com](mailto:andrebomfim90@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6794-3570>
- <sup>12</sup> Docente de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [acbrandtmacedo@gmail.com](mailto:acbrandtmacedo@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1514-7887>
- <sup>13</sup> Docente de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [arianiinaira@hotmail.com](mailto:arianiinaira@hotmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4693-0265>
- <sup>14</sup> Docente de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [nbmoreiraa@gmail.com](mailto:nbmoreiraa@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1975-6708>
- <sup>15</sup> Docente de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [rubneidegallo@gmail.com](mailto:rubneidegallo@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9953-0260>
- <sup>16</sup> Docente de Fisioterapia. Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: [talita.gnoato@gmail.com](mailto:talita.gnoato@gmail.com) . Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9974-7320>

## INTRODUÇÃO

O termo Prevenção remete a “chegar antes de”, ou seja, envolve ações que visam evitar o surgimento de doenças específicas, diminuindo assim sua incidência e prevalência. Já o termo Promoção quando relacionado à saúde, se refere a “fomentar, dar impulso”, abarcando então ações que visam o cuidado com a saúde e a qualidade de vida de maneira geral. (NASCIMENTO et al, 2011 apud FERREIRA, 1998)

De acordo com o autor Kessler et al. (2018, p.2), “A promoção de saúde ocorre quando a comunidade se apropria dos conhecimentos necessários para melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação dos indivíduos no controle deste processo.” Desta forma, faz-se necessária a participação ativa da comunidade para efetiva melhora na saúde e qualidade de vida da própria população.

A promoção de saúde e os níveis de prevenção segundo Leavell & Clark (1995) são divididos em: Primária (Promoção da saúde e proteção específica), Secundária (Diagnóstico e Tratamento precoce, limitação da invalidez) e a Terciária (Reabilitação). Segundo Oliveira (2013, p. 2), “a atenção primária em saúde é reconhecidamente um componente chave dos sistemas de saúde”.

Dentro da atenção primária o indivíduo é considerado em suas particularidades, na complexidade, na integralidade e na inserção sociocultural. Ocorre uma busca pela promoção de sua saúde, da prevenção e do tratamento de doenças e ainda, redução de danos ou de sofrimentos que afetem sua qualidade de vida. Ademais, a atenção primária é caracterizada por conjunto de ações de saúde, englobando o individual e o coletivo, que fazem parte da promoção e a proteção à saúde (LAVRAS, 2011).

A promoção da saúde tem na sua raiz conceitual o alívio do sofrimento das pessoas, tendo uma importante relação e essa relação é muito importante para os profissionais envolvidos. Nesta esfera, essa promoção da saúde, ou seja, o alívio dos sofrimentos ocorre tradicionalmente de duas formas: ações preventivas e ações assistenciais envolvidas no ato de cuidar. Ao se ancorar tal ação no conceito de alívio do sofrimento, tem-se um referencial a partir do qual seria possível construir estratégias mais efetivas para o atendimento em saúde. Dentre essas estratégias a mais eficaz é a prática de exercícios físicos (NORMAN, 2013).

A maioria dos casos que geram custos à saúde pública envolvem a falta de exercícios, ou seja, de uma movimentação saudável. O sedentarismo é considerado a raiz para diversos problemas; podendo provocar processo de regressão funcional, perda de flexibilidade articular além de comprometer o funcionamento de vários órgãos e sistemas (LAZZOLI, 1998).

Em relação à atividade física, esta é considerada uma importante, e a mais comum, forma de se movimentar, sendo uma poderosa indicadora de uma vida saudável. De acordo com estudos, tem-se sido demonstrado que indivíduos com maior nível de atividade física possuem maior habilidade funcional e são considerados mais saudáveis, comparados a indivíduos sedentários com a mesma idade (MATSUDO, 2006). Outras evidências epidemiológicas permitem afirmar que a atividade física e a escolha por um estilo de vida ativo são imprescindíveis para a promoção da saúde e qualidade de vida (MATSUDO, 2006)

Desta forma, o presente estudo teve como proposta relatar a experiência dos graduandos do quarto período do curso de fisioterapia na atenção primária, com mulheres da comunidade do bairro alto, onde aqueles buscavam estes buscam a promoção de saúde e prevenção de

doenças desta parcela da população. Enfatizando a importância desses atendimentos através da vivência prática, de forma a contribuir para o crescimento pessoal e profissional desses alunos.

## MATERIAIS E MÉTODOS

As atividades foram realizadas na Igreja Presbiteriana do Bairro Alto, na cidade de Curitiba, no Estado do Paraná, entre os meses de agosto a novembro de 2019 com mulheres entre 34 e 82 anos da comunidade do Bairro Alto. Ao longo de 13 encontros, que aconteciam nas segundas-feiras, alunos do quarto período do curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Paraná realizaram atividades de prevenção de doenças e promoção da saúde. Tais atividades envolviam rodas de conversa, sobre assuntos como: a importância do alongamento e da atividade física, risco de quedas e doenças específicas. Após, tais ações recebiam orientações e posteriormente passavam para a parte prática da atividade física relacionada ao tema da roda de conversa apresentada no dia. Garantindo assim a educação, qualidade de vida e a promoção da saúde dessa população.

Durante a realização do primeiro encontro, foi aplicado com as pacientes o questionário SF-36 (CICONELLI et. al 1999) para avaliar a qualidade de vida das mesmas e a escala de depressão geriátrica (GDS-15) (PEREIRA et al, 2014). No último encontro foi feita a reavaliação com os mesmos questionários para meio de comparação entre os resultados.

Em cada encontro realizado havia uma rotina de aferição da pressão arterial (PA) no início e ao final dos encontros, para assim obter um controle do resultado desta PA das pacientes ao longo dos exercícios, visto que, a atividade aeróbica e o exercício resistido, contribuem para a diminuição da PA em hipertensos e pré hipertensos, respectivamente (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2016). Durante o decorrer destes encontros alguns alunos eram responsáveis por liderar as atividades do dia com o tema em questão, propondo não só a informação visual e dialogada, mas a realização de exercícios de alongamento, fortalecimento ou aeróbico, e no final de cada encontro era entregue um folder referente ao assunto abordado, e em alguns dias eram realizadas atividades lúdicas e recreativas. Foram realizados 13 encontros, divididos da seguinte forma:

**Tabela 1** - Quadro referente às atividades realizadas por alunos do curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Paraná nos 13 encontros efetuados com mulheres idosas de agosto a novembro de 2019 em Curitiba-PR.

<b>ENCONTRO 1</b>	
APRESENTAÇÃO	Apresentação do cronograma de atividades que seriam realizadas ao decorrer dos meses de agosto a novembro de 2019.
QUESTIONÁRIO	Aplicou-se os questionários de qualidade de vida SF-36 (CICONELLI et. al 1999) e a escala de depressão geriátrica (GDS-15) (PEREIRA et. al 2014).
DINÂMICA	Realizou-se uma dinâmica com as participantes para promover uma interação inicial.
ATIVIDADE LÚDICA	Realizou-se a confecção de cadernetas para que as participantes pudessem utilizar durante os encontros para fazer anotações pessoais sobre as rodas de conversa.
<b>ENCONTRO 2</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Conhecendo o corpo humano”, através de uma apresentação de <i>slides</i> , na qual abrangia conhecimentos básicos sobre anatomia humana e fisiologia, ambas sendo correlacionados com patologias da terceira idade e com o dia-a-dia.
ATIVIDADE LÚDICA	Caça palavras e cruzadinha, para que os conhecimentos adquiridos com a roda de conversa pudessem ser colocados em prática
<b>ENCONTRO 3</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “A importância do alongamento”.
AQUECIMENTO	Foi realizada uma dinâmica com o jogo “batata quente” como forma de aquecimento para as participantes.
EXERCÍCIOS	Realizou-se um circuito de exercícios para fortalecimento e

	também alongamento com <i>theraband</i> (faixa elástica).
<b>ENCONTRO 4</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Sedentarismo e Obesidade”.
EXERCÍCIOS	Realizou-se exercícios com <i>theraband</i> para MMII (membros inferiores) e MMSS (membros superiores).
ATIVIDADE LÚDICA	Promoveu-se uma competição com balões para gerar interação entre as participantes.
<b>ENCONTRO 5</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “A respiração associada às práticas tradicionais chinesas no bem estar físico e emocional”.
ALONGAMENTO	Realizamos alongamento para MMSS, MMII, cervical e tronco.
EXERCÍCIOS	Realizamos práticas de <i>Qi Gong</i> e <i>Tai Chi Chuan</i> utilizando leques que foram dados para as participantes.
ATIVIDADE LÚDICA	Foi realizada uma prática de caligrafia com as participantes, na qual elas aprenderam algumas letras e palavras da língua chinesa e japonesa.
<b>ENCONTRO 6</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “A importância da dança”.
EXERCÍCIOS	Dança de roda, zumba e danças com conversas foram modalidades exercidas com as participantes.
ALONGAMENTO	Foi realizado alongamento para MMSS, MMII e tronco.
RELAXAMENTO	Efetuada um relaxamento com música para as participantes enquanto elas estavam deitadas em um tatame.

<b>ENCONTRO 7</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Osteoporose e Sarcopenia”.
AQUECIMENTO	Foram realizadas duas dinâmicas com as participantes visando a interação e a socialização das mesmas, a dinâmica do “abraço” e a “andar de trem.”.
EXERCÍCIOS	Foi realizado também exercícios resistidos e de lateralidade.
ATIVIDADE LÚDICA	Foi efetuado um jogo de “Batata Quente” que foi associado com perguntas e respostas sobre o tema da roda de conversa.
<b>ENCONTRO 8</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Risco de Quedas”.
AQUECIMENTO	Como forma de aquecimento realizamos uma dança com as participantes.
EXERCÍCIOS	Foram realizados exercícios de fortalecimento no qual as participantes realizaram sentadas e com auxílio de um bastão, buscando fortalecer a musculatura dos MMII e MMSS. Também foi feito um circuito com estações que continham cones, escadas de chão, caminhar e desviar de obstáculos, com o objetivo de garantir equilíbrio
RELAXAMENTO	No final do encontro, foi realizado um momento de relaxamento em forma de meditação com as participantes.
<b>ENCONTRO 9</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Incontinência Urinária”.
ATIVIDADE LÚDICA	Foram apresentadas algumas frases vistas na roda de conversa e que as participantes deveriam julgar como “Verdade” ou “Mito”. Ao final foram corrigidas as frases em conjunto com as participantes e explicadas as dúvidas ou as

	respostas erradas em uma roda de conversa. Também foi realizada uma brincadeira de “siga o mestre”.
AQUECIMENTO	O aquecimento foi realizado com uma dança.
EXERCÍCIOS	Foram realizados exercícios de fortalecimento para o assoalho pélvico.
<b>ENCONTRO 10</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Perda de Memória e Alzheimer”.
EXERCÍCIOS	Foram realizados exercícios de fortalecimento para a coluna cervical e MMSS com as participantes.
ATIVIDADE LÚDICA	Efetuada a brincadeira “Telefone Sem Fio” para trabalhar o cognitivo. Também houve o ensinamento de palavras da língua japonesa com o intuito de exercitar o cérebro. E também foi realizado um caça palavras e um jogo da memória.
<b>ENCONTRO 11</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Equilíbrio Postural”.
AQUECIMENTO	Realizamos aquecimento com música.
EXERCÍCIOS	Foram realizados exercícios do Método Pilates clássico adaptado a uma cadeira, e abordando principalmente o fortalecimento, alongamento e mobilização de tronco, cingulo superior e inferior.
<b>ENCONTRO 12</b>	
RODA DE CONVERSA	Tema: “Hipertensão e Diabetes”.
AQUECIMENTO	Realizou-se uma dinâmica na qual havia balões com os sintomas das doenças apresentadas na roda de conversa, e as

	participantes deveriam dizer de qual das duas patologias apresentadas aquele sintoma pertencia. No aquecimento também foi realizada a dança.
EXERCÍCIOS	Foram realizados exercícios aeróbios através de um circuito que possuía estações com cones, escada de coordenação e bola.
ATIVIDADE LÚDICA	Foi realizado um caça palavras e um jogo do labirinto relacionados com o tema da roda de conversa.
<b>ENCONTRO 13</b>	
REAVALIAÇÃO	Foi realizada a reavaliação das participantes através dos questionários SF-36 (CICONELLI et. al 1999) e a escala de depressão geriátrica (GDS-15) (PEREIRA et. al 2014) aplicados no primeiro encontro.
DANÇA	Efetuuou-se uma dança com todas as participantes no intuito de promover um momento de descontração.
EXERCÍCIOS	Foi realizada novamente a prática de <i>Tai-Chi Chuan</i> utilizando leques, pois as participantes gostaram muito dessa técnica que foi abordada no 5º encontro.
CONFRATERNIZAÇÃO	Realizou-se também um amigo secreto entre todas as integrantes do projeto, participantes, professora e alunos. E também ocorreu um feedback das participantes com seus relatos individuais.

FONTE: Autoria própria (2019).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A construção do conhecimento passa por séries de testes e provações, a escritora Cora Coralina (1987, p. 145) em um de seus poemas cita que: “Feliz aquele que transfere o que sabe

e aprende o que ensina”. O curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Paraná oferta a disciplina de “Habilidades Fisioterapêuticas na Promoção e Prevenção à Saúde” no quarto período de graduação, que tem como objetivo compreender as políticas públicas em saúde no Brasil. Anteriormente, no terceiro período, é ofertada a disciplina de “Fisioterapia na Promoção e Prevenção à Saúde”, a qual aborda a teoria de base para atuação fisioterapêutica em promoção e prevenção à saúde, servindo como preparação para a próxima disciplina essencialmente prática. Tais disciplinas tornam-se indispensáveis na formação dos acadêmicos, pois proporcionam ao aluno transpor o primeiro passo na interação entre fisioterapeuta e paciente, possibilitando colocar em prática todo o conteúdo adquirido nos anos anteriores.

Durante os 13 encontros vivenciados com as mulheres da comunidade do Bairro Alto foi possível aprender as dificuldades do dia-a-dia da população, tais como: acessibilidade, acesso à informação e a exercícios orientados pelos discentes, experiências de vida e a visão biopsicossocial dos usuários da atenção primária.

No entrelaçamento de saberes interdisciplinares, as diferentes concepções são elencadas, e os alunos durante toda a execução do presente trabalho, atuaram como agentes responsáveis por promover à saúde enquanto seguiam no caminho para o crescimento profissional e pessoal, neste ínterim ressalta o relato de um dos discentes de Fisioterapia participantes do projeto:

Eu achei a experiência super válida, acredito que auxilia na construção do profissional que seremos lá na frente, não só ensinando a forma de lidar com o paciente por trás de um olhar técnico mas trabalhando a empatia e olhar para o paciente como ser humano. Foi incrível e me ensinou muito!

As vivências realizadas pelo grupo de discentes propiciou além da lapidação do conhecimento adquirido na graduação, o crescimento pessoal proporcionando segurança emocional ao interagir com a comunidade, sendo expresso no relato:

Tinha muita vergonha de me comunicar com pessoas que nunca tive contato e através da experiência de aferir pressão, de palestras e atividades propostas eu me soltei mais e também gostei muito da animação das senhoras.

Com os resultados expressos nos questionários realizados no primeiro e no último encontro, foi possível constatar uma melhora, mesmo que quando discreta, na qualidade de vida de praticamente todas as participantes; com exceção de uma participante, sendo possível observar no marcador emocional do questionário SF-36 um resultado diferente em comparação ao primeiro encontro, a qual foi associada, e justificada, pelo quadro de fibromialgia da mesma.

Em consonância com os estudos de Aquino et al. (2017) a melhora registrada nos

domínios do questionário SF-36 pode ser explicada pela realização de exercícios aeróbicos e de fortalecimento muscular realizados com o objetivo de promover melhora de suas atividades funcionais e do convívio social que ocorria durante os encontros.

No último encontro durante a roda de conversa uma participante fez um agradecimento em especial ao grupo ao relatar que havia percebido melhora em seu quadro de incontinência urinária devido aos exercícios que aprendeu e que continuou realizando em casa. Seu depoimento demonstrou a importância desta vivência na qualidade de vida das participantes.

Por fim, com o término dos encontros, nos sobeja a saudade dos sorrisos, dos abraços apertados e dos momentos compartilhados. Futuramente, nos restará a lembrança agradável de tudo que vivenciamos na prática durante os meses do projeto; cada participante que percorreu conosco esse trajeto nos mostrou como a fisioterapia é importante e como pequenos gestos de cuidado com o próximo influenciam na saúde e na qualidade de vida das pessoas, assim como reforça a necessidade de uma maior atenção à saúde na atenção básica e seu impacto social, denotando a importância do Sistema Único de Saúde (SUS) na prevenção de doenças e promoção à saúde.

## CONCLUSÃO

A partir dos dados ora obtidos foi possível reafirmar a importância significativa de vivenciar com a comunidade local atividades embasadas em um conhecimento sobre saúde, colocando a prática de atenção primária em destaque. Buscando a educação em saúde a transformação da realidade, com participantes ativos. A experiência trouxe aos discentes envolvidos maiores conhecimentos, e fez com que a caminhada de aprendizado durante a graduação fosse enriquecedora, culminando assim em ganhos para comunidade também.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos a todas as participantes que ao longo dos encontros depositaram confiança na equipe; à Igreja Presbiteriana do Bairro Alto, pela parceria de ceder o espaço para a realização das atividades, e a todos que participaram de alguma forma durante todo o processo da vivência.

## REFERÊNCIAS

AQUINO, C. F. et al. Avaliação de qualidade de vida de indivíduos que utilizam o serviço de fisioterapia em unidades básicas de saúde. **Fisioterapia em movimento**, v. 22, n. 2, set. 2017.

BRASIL. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. **7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial**. Rio de Janeiro. 2016.

CAROLINA, C. **Vintém de cobre: meias confissões de Aninha**. 6. ed. São Paulo: Global, 1987.

CICONELLI, R. M. et al. Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 39, n.3, p. 143-50, maio. 1999.

LAVRAS, C. Atenção Primária à Saúde e a Organização de redes Regionais de Atenção à Saúde no Brasil. **Saúde Soc**, v. 20, n. 4, p.867-874, dez. 2011.

LAZZOLI, K. J. et al. Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 4, n. 4, p. 107-109, jul/ago. 1998.

LEAVELL, H. R.; CLARK, E. G. **Preventive medicine for the doctor in his community**. 2 ed. New York: Macgraw Hill, 1965.

MATSUDO, M. S. Atividade física na promoção da saúde e qualidade de vida no envelhecimento. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, v.20, n.5, p.135-37, set. 2006.

NASCIMENTO, A. E. Apud FERREIRA, 1998. **Material Didático Pedagógico de Educação Profissional da Escola Técnica do SUS em Sergipe**. 1 ed. Fundação Estadual de Saúde- FUNESA: Aracaju, 2011.

NORMAN, A. H. Promoção da saúde: um desafio para a atenção primária. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 8, n. 28, p. 153-154, setembro. 2013.

OLIVEIRA, M. A. C; PEREIRA, I. C. Atributos essenciais da Atenção Primária e a Estratégia Saúde da Família. **Rev. bras. Enferm.** v. 66, p. 158-164. set. 2013.

PEREIRA, E. E. B et al. Funcionalidade global de idosos hospitalizados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** v. 17, n. 1, p.165-176, jan-mar.2014.

---

**Recebido em:** 03 de Agosto de 2020.

**Aceito em:** 15 de Setembro de 2020.