



**PROJETO INSTITUCIONAL DO PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS
NA SECRETARIA DE SAÚDE DE PAULÍNIA**

**PREFEITURA MUNICIPAL DE PAULÍNIA
ESTADO DE SÃO PAULO**

OUTUBRO 2007

5.2. - PROJETO PARA OFICIALIZAÇÃO DO PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS NA SECRETARIA DE SAÚDE DE PAULÍNIA - PREFEITURA MUNICIPAL DE PAULÍNIA , ESTADO DE SÃO PAULO.

✓ **SECRETÁRIO DA SAÚDE -**

Dr. ALMÉRIO AGUIAR DE MELO FILHO

TELEFONE : (19) 38745616

EMAIL : secsaude@paulinia.sp.gov.br

✓ **SUB SECRETÁRIA DA SAÚDE –**

CÉLIA CAPRERA

TELEFONE: (19) 38745616

EMAIL: secsaude@paulinia.sp.gov.br

✓ **ASSISTENTE TÉCNICA DO CETREIM –(Centro de Terapia e Reabilitação Integrada municipal)**

VALÉRIA SERRA DE FREITAS GUIMARÃES

TELEFONE : (19) 3844 8031 – 38447227

EMAIL: valeriaserrafg@yahoo.com.br

✓ **RESPONSÁVEIS TÉCNICOS :**

Roseny Flávia Martins

Telefone : (19) 38448031 - 91048177 (cel)

email: rosenyflavia@yahoo.com.br

Eliane Loffredo de Figueiredo

Telefone : (19) 38448031 - 91348623 (cel)

email:

Maristela Pane Martins Montebelo

Telefone: (19) 38448031 - 96545804 (cel)

email: maristelamontebelo@yahoo.com.br

ENDEREÇO SECRETARIA DE SAÚDE

Rua Prof. José Lozano Araújo, 1515 – Bairro N. Sra Aparecida

Paulínia SP - CEP 13140-000

5.2 - INTRODUÇÃO

A Secretaria de Saúde de Paulínia¹ tem como missão: garantir a atenção integral à saúde, de maneira humanizada e universal, executando ações de promoção da saúde, de cuidados com o meio ambiente, de assistência ao cidadão doente ou sadio e buscando mudanças nos modos de caminhar na vida, baseadas em valores como participação popular, solidariedade, cuidado e proteção. Possui atualmente 9 Unidades Básicas de Saúde e um Centro de Reabilitação Integrado Municipal (CETREIM) além de outros setores.

Com relação a doenças crônicas não transmissíveis a cidade realiza diversas ações. Entre elas o PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS que oferece acompanhamento aos pacientes portadores de algias crônicas no sistema músculo esquelético, ainda não institucionalizado no município.

O Grupo de Algias Posturais(G.A.P.) está inserido neste programa como um tratamento terapêutico com atenção especial ao idoso, adulto e gestantes com queixas de dores e desconfortos na coluna vertebral, em que são oferecidas alternativas de exercícios, relaxamento, técnicas de respiração adequada, atividades expressivas reflexivas para revisão de hábitos de vida em vivências em grupo. É desenvolvido através de parceria entre Fisioterapeuta, Terapeutas Ocupacionais do Centro de Terapia e Reabilitação Integrada Municipal e Assistente Social, Médicos, Enfermeiras e Assistentes Técnicos das Unidades Básicas de Saúde do Município. As gestantes com algias posturais e desconfortos físicos da gravidez também são atendidas pela fisioterapeuta que utiliza métodos de tratamento complementar como Yoga para o tratamento das mesmas. O G.A.P. adulto/ idoso é realizado semanalmente pelo período de 1h 30 h no salão paroquial mais próximo da unidade de saúde e o G.A.P. - gestante que é realizado 1h antes do grupo educativo para gestantes nas UBSs.

A população e os pacientes atendidos no G.A.P., também são incentivados a incluir a prática de exercícios físicos em sua rotina de vida, em especial a frequentar os grupos de Exercícios Terapêuticos Chineses Lian Gong em 18 Terapias, método criado na década de 70 pelo Dr. Zhuang Yuan Ming, médico ortopedista renomado na

¹ População de Paulínia 63.792 habitantes.
Usuários do Sistema de Saúde - completar

China, para prevenção e tratamento de dores em pescoço, membros superiores e inferiores, coluna vertebral, tendões, articulações e órgãos internos.

Este método de tratamento que visa a autonomia do indivíduo no manejo de sua doença, vem recebendo boa aceitação por parte da Equipe de Saúde e da população que refere bons resultados terapêuticos também nos casos de distúrbios do sistema digestivo, hipertensão, bronquite e reumatismo. Desde sua implantação no ano de 2004 em 04 Unidades Básicas de Saúde, com instrutores formados pela Instituição Via 5 de São Paulo através de cursos ministrados pela professora Milena Figueiredo e pela Dra. Maria Lúcia Lee (divulgadora do método no Brasil), o trabalho vem sendo continuamente ampliado com demanda crescente.

Hoje contamos com 16 locais para a prática oferecendo 42 aulas semanais para a população entre usuários e funcionários da Prefeitura.

Paulínia é considerada pelos divulgadores do método Lian Gong em 18 Terapias como **cidade-modelo** pela seriedade com que trata a divulgação, implantação e prática dos exercícios, sendo escolhida para receber a visita dos ilustres professores Dr. Li Tié Lang e Dr. Zhou Xiao Qing, ambos da Universidade de Hunan _ China no ano de 2005, e do Mestre Zhuang, filho do criador do método em 2006, para conhecerem o trabalho realizado no Município.

A cidade já realizou dois encontros municipais do Lian Gong em 18 Terapias com o objetivo de reflexão e incentivo às práticas corporais.

Em 2006 foram atendidos no Lian Gong em 18 terapias 403 pacientes, G.A.P. Adulto/ Idoso 260 e gestantes 130, totalizando 793.

Nosso principal objetivo é institucionalizar este programa, proporcionar a sustentabilidade, autonomia e manutenção da qualidade dos atendimentos já realizados, com o incremento de recursos profissionais, infra-estruturais, materiais e teóricos, para que possamos continuar a incentivar a população a participar ativamente na manutenção da sua qualidade de vida.

5.3- JUSTIFICATIVA

Existe muita procura pelo atendimento médico-ambulatorial e medicamentos antiinflamatórios e analgésicos na dor aguda da doença, gerando aumento de custos na rede pública sem que haja resolutividade dos casos, que retornam em pouco tempo.

As medidas não farmacológicas, por outro lado, proporcionam melhora no desempenho emocional e comportamental, sendo as intervenções físicas como a prática de exercícios de grande importância para a autonomia do paciente.

O tratamento da dor envolve intervenções biológicas e psicossociais que visam à minimização do desconforto, a melhora da função motora, a readaptação do indivíduo para o desempenho de suas A.V.D.s e A.V.P.s, e a redescoberta do prazer. Desta forma espera-se favorecer a melhoria de sua qualidade de vida, que deve ser compreendida como sensação íntima de conforto e bem-estar do indivíduo no desempenho das atividades físicas, psíquicas, sociais, de acordo com as realidades pessoais, familiares e culturais.

Com a institucionalização do Programa de Práticas Corporais na Prefeitura de Paulínia pretendemos garantir a continuidade destas ações e estimular o praticante a acreditar em suas possibilidades, ser o agente modificador de sua história e se apropriar do seu tratamento físico através de movimentos corporais e orientações para a vida cotidiana.

5.4 - OBJETIVOS

- ✓ Institucionalizar o Programa de Práticas Corporais em toda a rede de Saúde e outras Secretarias da Prefeitura de Paulínia;
- ✓ Proporcionar sustentabilidade, autonomia ao programa práticas corporais que já vem sendo desenvolvido, com o incremento de recursos profissionais, infra-estruturais, materiais e teóricos;
- ✓ Criação de um setor de Práticas Corporais no Departamento de Reabilitação Adulto;
- ✓ Incentivar as ações planejadas pela equipe de referência para aumentar a qualidade do trabalho e o número de praticantes;

- ✓ Possibilitar o aprimoramento e a educação continuada da equipe de profissionais que já atuam com esta população;
- ✓ Possibilitar novas possibilidades de trabalho com a população;
- ✓ Divulgar o trabalho através de palestras e propaganda para a comunidade;
- ✓ Incentivar a população, os pacientes com doenças crônicas não transmissíveis – principalmente com algias posturais – a iniciar ou aumentar o número de dias de praticas corporais;
- ✓ Aumentar o número de participantes nas ações já existentes ;
- ✓ Proporcionar melhor acolhimento e atendimento à população com a aquisição de recursos materiais adequados.

5.5 - PLANO DE AÇÃO

- ✓ Reunião mensal com instrutores e equipe de referência para planejamento das ações.
- ✓ Formação de uma mini-equipe interdisciplinar para a discussão de novas estratégias de atuação (Médico, Fisioterapeuta, Terapeuta Ocupacional, Assistente Social, Psicólogo, Nutricionista de preferência instrutores de Lian Gong em 18 Terapias)
- ✓ Recadastramento municipal dos usuários que participam das práticas corporais.
- ✓ Aquisição de recursos equipamentos (vide orçamento), físicos (locação de um local para o setor de práticas corporais) e teóricos (cursos de aprimoramento).
- ✓ Palestras de incentivo para a comunidade e apresentações das práticas do Lian Gong
- ✓ Manutenção e implementação das atividades já realizadas. (Lian Gong, GAP Adulto e Gestante).

5.6 - RESULTADOS:

Será realizada a reavaliação periódica da efetividade dos grupos de Lian Gong e G.A.P. adulto/idoso e gestante. Considerando o número de participantes, sexo, encaminhamentos, locais de dor e/ou desconforto, intensidade da dor e reavaliação final.

Segue exemplo análise de dados realizada no primeiro semestre de 2007 com o G.A.P.:

No primeiro semestre de 2007 foram entrevistados 125 pacientes no GAP – e compareceram aos encontros grupais 64% dos pacientes. Em relação ao sexo 91% são do sexo feminino e 9% masculino, estes pacientes foram encaminhados pela: UBS Centro(24%), São José (23%), Monte Alegre (15%), Unidade de Fisioterapia (8%), outros (5%) e espontâneos (25%). Neste semestre não houve o GAP na UBS Planalto por não haver encaminhamentos.

Observou-se que os pacientes referiram queixas de dor e/ou desconforto nas seguintes regiões corporais: lombosacra (46%), MMSS (18%), MMII (13%), cervical e torácica (8%), coluna vertebral total (7%).

A intensidade da dor foi medida segundo a EAV (Escala Análogo Visual) e: 23% referiram nota 10 (dor insuportável), 42% nota 7-9 (dor forte), 33% nota 4-6 (dor média) e 2% nota 1-3 (dor fraca).

Após intervenção grupal em média de 18 semanas 74% dos pacientes relataram diminuição da dor, 14% desaparecimento e 6% aumento e nenhuma mudança no quadro algico, É importante salientar que os clientes que não obtiveram nenhuma modificação no quadro de dor, também não realizaram nenhuma mudança proposta nos encontros em relação a mudança de hábitos e exercícios.

5.7 - MONITORAMENTO/AVALIAÇÃO

- ✓ A participação nas ações será realizada através da planilha do SUS que deverá ser preenchida diariamente com procedimento específico;
- ✓ Cadastramento e recadastramento dos pacientes;
- ✓ Preenchimento das entrevistas iniciais e periódicas (semestrais) e finais;
- ✓ Reuniões mensais com equipe de profissionais que participam das ações do Programa de Práticas Corporais para reavaliação e novas propostas de atuação.

5.8 - SUSTENTABILIDADE

- ✓ Incentivar a autonomia da equipe.
- ✓ Disponibilização de funcionários/instrutores para a realização das ações de Lian Gong em 18 Terapias;
- ✓ Disponibilização integral de 1 fisioterapeuta e 2 Terapeutas Ocupacionais para a continuação das ações do G.A.P. adulto/idoso e gestante e Lian Gong em 18 Terapias;
- ✓ Estabelecer metas para a formação continuada dos profissionais;
- ✓ Incentivar a participação dos instrutores na educação continuada, permitindo que realizem as reciclagens sem prejuízos aos mesmos;
- ✓ Incentivar a participação em encontros, simpósios e congressos para atualização teórica;

- ✓ Disponibilizar funcionários da equipe de apoio, faxineira, guardinha, motorista, para facilitar a realização dos grupos, que na maioria das vezes são realizados nos salões paroquiais mais próximos das UBSs.

5.9 - CRONOGRAMA PARA 2008 :

MESES	LIAN GONG *	G.A.P.*	REUNIÕES PLANEJAMENTO	REAVALIAÇÃO ESTATÍSTICA
Jan-Fev	X		X	X
Mar-Abril	X	X	X	
Maió – Junho	X	X	X	
Julho	X		X	X
Agosto –Set	X	X	X	
Out-Nov	X	X	X	
Dezembro	X		X	X

*(Vide anexo I)

5.10 - RECURSOS

PLANILHA ORÇAMENTÁRIA

Material	Quantidade	Preço unitário	Total
Curso Lian Gong III parte e Educação continuada para os instrutores	20 instrutores	600,00	12.000,00
Aparelho de som para CD portátil Gradiente	10	260,00	2600,00
Máquina fotográfica digital Gyber shot DSC W 35 7.2 megapixels Sony	1	1300,00	1.300,00
Filmadora digital Sony DCP DVD 408	1	2900,00	2.900,00
Armário alto linha Kappesberg Com fechadura 1,60x0,90x0,39	4	290,00	1.160,00
Mala para viagem grande Carmel	10	164,00	1.640,00

cruzeiro Tam 73			
Projektor Multimídia Epson Powerlite S4	1	4000,00	4.000,00
Notebook HP	1	3.500,00	3.500,00
Microfone sem fio Amplitronix	1	550,00	550,00
Microfone sem fio para cabeça ou lapela	5	400,00	2.000,00
Caixa de som amplificada Ativa Leacs	1	750,00	750,00
Impressora Multifuncional HP photosmart C 4180 jato de tinta	1	800,00	800,00
Medidor de pressão arterial digital Citizen	10	350,00	3.500,00
Balança Digital Italy medidora de gordura e líquidos corporais Body Fat KH 5521 até 150 kg	10	180,00	1.800,00
Coluna Vertebral flexível multifuncional TGD 148 A	2	550,00	1.100,00
DVD Portátil	1	400,00	400,00
		Total	40.000,00

OBS. ESTA PLANILHA FOI READEQUADA POIS A VERBA DE INCENTIVO FOI DE R\$ 80.000,00 (COMPROVANTE DE DEPÓSITO E READEQUAÇÃO DA PLANILHA EM ANEXO).

5.11 - RESPONSÁVEIS PELO PROJETO:

Responsáveis Técnicos :

FT. MS. Roseny Flávia Martins

T.O. Eliane Loffredo de Figueiredo

T.O. Maristela Pane Martins Montebelo

Assistente Técnica do CETREIM

FO. MS. Valéria Serra Guimarães

Sub-Secretaria da Saúde

Célia Caprera

Secretário da Saúde

Almério Aguiar de Melo Filho

ANEXOS

Anexo I -

Horários da prática de Lian Gong:



HORÁRIOS LIAN GONG 18 TERAPIAS

LOCAIS DAS PRÁTICAS ABERTAS	DIAS DA SEMANA
CETREIM	2º FEIRA 14:00 h 5º FEIRA 11:30 h
UBS CENTRO	3º FEIRA 16:00 h 6º FEIRA 7:00 h
UBS MONTE ALEGRE	4º, 5º E 6º FEIRA 8:30 h (salão paroquial da Igreja Belo Ramo)
UBS PLANALTO	2º, 4º, 5º E 6º FEIRA 8:30 h 3º FEIRA 7:15 h
UBS SÃO JOSÉ	TODOS OS DIAS 7:00 h
UBS BETEL	3º e 5º feira 7:00 h
UBS PARQUE DA REPRESA	4º FEIRA 13:15 h
IGREJA MATRIZ	2º FEIRA 9:00 h 4º FEIRA 13:15 h
COMUNIDADE SÃO JUDAS – São José	3º FEIRA 9:30 h
IGREJA NSA. SRA. APARECIDA - JA	TODOS OS DIAS 7:30 h
APAE	3º FEIRA 10:15 h 5º FEIRA 16:00 h
SAÚDE MENTAL ADULTO	TODOS OS DIAS 11:00 h
GINÁSIO DE ESPORTES - CENTRO	2º FEIRA 9:00 h 6º FEIRA 10:15 h
CENTRO COMUNITÁRIO N.SRA. APARECIDA – JD. AMÉRICA	3º FEIRA 14:30 h
CACO CENTRO – FUNCIONÁRIOS	2º FEIRA 14:00 h 6º FEIRA 9:00 h

APOIO: PREFEITURA MUNICIPAL DE PAULÍNIA

Horários das práticas do G.A.P. adulto/idoso e gestante

2 ° feira	3° feira	4° feira	5° feira	6° feira
UBS CENTRO	UBS SÃO JOSÉ	UBS MONTE ALEGRE	UBS PLANALTO	UBS COOPERLOTES
GAP ADULTO	GAP ADULTO	GAP ADULTO	GAP ADULTO	
	GAP GESTANTE	GAP GESTANTE	GAP GESTANTE	GAP GESTANTE
			GAP GESTANTE – UBS CENTRO	

Projeto enviado em out/2007 e aprovado verificar depósito abaixo:

COORDENAÇÃO GERAL DE DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS (CGDANT)

DEPARTAMENTO DE ANÁLISE DE SITUAÇÃO EM SAÚDE (DASIS)

SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE (SVS)

MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS)

ESPLANADA DOS MINISTÉRIOS, EDIFÍCIO SEDE, SALA 142, BRASÍLIA/DF

CEP 70058-900