

Projeto Saúde no Território: Grupo Dores Crônicas e Seus Problemas

Nathiele Plácido Belettini¹

Evandro Grandi²

Êmili Amboni Elias³

Cláudia Colombo Madeira Leal⁴

Fernanda Nandi Amboni de Menezes⁵

Michele Peplau de Boit⁶

Ademar Somara⁷

Resumo

Em 2012 quando os fisioterapeutas iniciaram sua atuação junto ao NASF de Criciúma, se depararam diante do alto índice de queixas dolorosas tanto em nível de coluna, como MMSS e MMII, visto na prática diária de conhecimento de território e ainda na conversa junto à enfermeira das Unidades de Saúde, evidenciou-se a necessidade de realização de uma intervenção junto à comunidade que aborde as principais patologias que acometem coluna, MMSS e MMII com direcionamento ao esclarecimento do que são como tratar e o que fazer para prevenir agravos e/ou amenizar sintomas. Sendo assim foi desenvolvido diante da realidade encontrada o grupo de Dores Crônicas e Seus Problemas, o qual tem por objetivo orientar sobre diversas questões que interferem, prejudiquem e amenizem sintomas de diversas patologias de coluna, membros superiores (MMSS) e membros inferiores (MMII). O grupo é constituído de 5 encontros, sendo o 1º encontro: Apresentação da proposta; Questionário avaliação inicial; Explicado a anatomia da coluna, MMSS e MMII; Orientações sobre cuidado com a postura no dia a dia. 2º encontro e 3º encontro: Explicado sobre as patologias que cada integrante do grupo possui, para que estes entendam de fato seu problema, algumas das patologias explanadas foram: osteófitos, hérnia de disco, artrose, síndrome do impacto do ombro, bursite, tendinite, ombro congelado, cervicobraquialgia, epicondilite, síndrome do túnel do carpo, luxação, gota, reumatismo, osteoporose, entorse de tornozelo, fascíte plantar, esporão de calcâneo e varizes. 4º encontro: Exercícios que podem ser realizados;

¹ Fisioterapeuta do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: nathiele_pb@hotmail.com.

² Fisioterapeuta do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: kuki_grandi@hotmail.com.

³ Ex-Fisioterapeuta do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: emiliamboni@yahoo.com.br.

⁴ Nutricionista do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: nutricm@hotmail.com.

⁵ Psicóloga do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: femenezes_@hotmail.com.

⁶ Farmacêutica do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: micheledeboit@hotmail.com.

⁷ Profissional de Educação Física do NASF da Prefeitura Municipal de Criciúma - SC, Brasil. Email: ademarsomara@yahoo.com.br.

Incentivo a alimentação saudável e prática de atividade física; Explanado sobre mecanismo de ação e efeitos dos analgésicos e antiinflamatórios e as consequências do uso indiscriminado. 5º encontro: Levantamento da atividade laboral de cada participante e orientações específicas sobre as mesmas; Abordagem sobre a importância da qualidade de vida pela psicóloga; Encerramento.

Palavras-chave: Fisioterapeutas. Dores. Orientações.