

GRUPO DA COLUNA NO CONTEXTO DO SUS

Janice Debastiani; Rogéria Sabina; Adriane Vieira

Introdução: As dores musculoesqueléticas crônicas são consideradas um problema de saúde pública, devido sua alta prevalência, alto custo no tratamento e impacto negativo na qualidade de vida dos indivíduos. Tendo em vista a grande prevalência de pessoas com dores crônicas, principalmente na coluna, é necessário oferecer propostas direcionadas a essa população, principalmente em Unidades Básicas de saúde (UBS), já que a atenção primária é responsável pelos problemas prevalentes de saúde. **Objetivo:** O projeto tem como objetivo promover a saúde e prevenir agravos cinético-funcionais, minimizando os efeitos de sofrimento causados pela dor crônica. Para que isso seja suprido, é realizada uma abordagem educativa sobre a postura, visando a execução adequada de atividades de vida diária (AVDs), e exercícios. **Metodologia:** A coordenação do projeto é realizada por uma docente dos cursos de Fisioterapia e Educação Física e participam duas bolsistas do curso de Fisioterapia. O projeto ocorre uma vez por semana, todas as 3^a feiras à tarde na UBS do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), contemplando duas atividades: Grupo da Coluna (GC) e o Grupo Regular de Exercícios Posturais (GREP). O GC aborda, além dos exercícios posturais, temas teórico-vivenciais relacionados ao cuidado postural na realização de AVDs, como, por exemplo, permanecer sentado, varrer, lavar a louça, pegar objetos no chão e dormir. Acadêmicos do curso de Fisioterapia da UFRGS que cursam a disciplina Saúde e Cidadania IV e V atuam junto as bolsistas e a coordenadora. Desta forma, o projeto contribui para a formação profissional dos acadêmicos de forma prática e ativa, uma vez que eles ministram encontros e acolhem, avaliam e acompanham os usuários. No GC, para avaliação dos participantes do projeto, é realizada uma anamnese e aplicado a escala visual analógica (EVA) para avaliar a intensidade da dor e os questionários *Oswestry Disability Index* (ODI) e *Neck Disability Index* (NDI) para avaliar a incapacidade funcional. Os resultados são analisados e discutidos pelos acadêmicos, bolsistas e a coordenadora. O GREP, que é oferecido aos usuários que já participaram do GC, aborda principalmente os exercícios posturais e os encontros são ministrados pelas bolsistas e pela coordenadora. **Resultados:** Ao longo do projeto é possível perceber ótima integração entre os usuários, acadêmicos e bolsistas. O projeto propicia um melhor convívio social através de dinâmicas de integração, além de abordar aspectos biopsicossociais e estimular a realização de exercícios, levando em consideração o contexto de vida de cada usuário. Analisando os resultados das intervenções percebemos a influência positiva do projeto, com melhora da funcionalidade e redução da intensidade da dor. **Considerações finais:** O projeto tem contribuído para a redução da dor e da incapacidade funcional e, conseqüentemente, para a melhora da qualidade de vida e saúde cinético-funcional de usuários da UBS/HCPA com dor musculoesquelética crônica. Além das atividades desenvolvidas com os usuários, as ações propostas por este projeto também oportunizam aproximação com a prática profissional, integração e troca de ideias entre as bolsistas, os acadêmicos do curso de Fisioterapia e os usuários, valorizando o trabalho em equipe e o cuidado em saúde.

Descritores: Escola Postural; Sistema Único de Saúde; Educação em Saúde