

1895

TCHÊ MEXE: PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

CATEGORIA DO TRABALHO: PRÁTICAS INSTITUCIONAIS INOVADORAS

Emilian Rejane Marcon, Rafael Vilar Rodrigues, Silmara Chaves Cauduro, Laura Luna Martins, Niceli Guth
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: O exercício físico promove benefícios antropométricos, metabólicos, neuromusculares e psicológicos em indivíduos, independente da idade, gênero ou comorbidades existentes. O aumento do número e no grau de DCNT gera novos desafios para o SUS, tornando essencial o fortalecimento de políticas de prevenção e promoção da saúde. **Objetivo:** Descrever o programa de exercícios físicos TCHÊ MEXE, da UBS Santa Cecília do HCPA. **Métodos:** O programa TCHÊ MEXE conta com práticas de promoção e assistência à saúde, desenvolvidas através de aulas envolvendo exercícios físicos e orientações nutricionais, com o objetivo de favorecer a introdução de hábitos saudáveis em diferentes populações atendidas na UBS Santa Cecília. As aulas foram desenvolvidas em uma área esportiva voltada para os funcionários do hospital, com 40 a 50 participantes por sessão, 4 vezes por semana, com duração de uma hora, envolvendo diferentes modalidades desportivas e materiais (bambolês, bandas elásticas, etc) doados por empresas privadas ou confeccionados pelo próprio professor. 206 pacientes encaminhados pela equipe da UBS, foram acompanhados presencialmente, até março de 2020. Os pacientes eram orientados a executar os movimentos conforme a sua condição física e cadeirantes ou com outras restrições físicas realizavam as atividades sentados e participaram de todas as atividades respeitando as suas limitações. Atuaram neste programa, um professor de educação física, 1 estagiário não obrigatório, estagiários curriculares, alunos do PICCAP-HCPA e alunos de grupo de pesquisa MOVE-HCPA. Após a aula de exercícios físicos, os pacientes participaram de um espaço de diálogo com as nutricionistas, focado não só a perda de peso, mas a adoção de hábitos alimentares saudáveis. Trimestralmente foram realizadas oficinas onde os pacientes levavam os alimentos solicitados e produziam diversas receitas para degustação e aprendizado da substituição de alimentos não saudáveis. **Conclusão:** A atividade física cumpre um importante papel preventivo e terapêutico e deve, portanto, ser parte integrante das ações ofertadas na APS. TCHÊ MEXE é um exemplo de atividade possível com poucos recursos, baseada na comunidade e que agregou boa convivência entre os participantes e promoção da saúde em pessoas anteriormente sedentárias. A conscientização das equipes a respeito desta temática é fundamental, pois o estímulo à adesão aos diferentes programas depende do empenho da equipe neste propósito.

1937

FISIOTERAPIA INTRA-HOSPITALAR EM PACIENTE COM ATROFIA MUSCULAR ESPINHAL TIPO I: RELATO DE CASO

CATEGORIA DO TRABALHO: RELATO DE CASO ÚNICO

Giovana Morin Casassola, Caroline Jacoby Schmidt, Guilherme Hoff Affeldt, Diogo Romário Bezerra Guerin, Cristina Miller, Debora Sana Moraes, Leticia Pinto Kras Borges Alvarenga, Bruna Ziegler
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: A atrofia muscular espinhal (AME) é uma doença neuromuscular degenerativa, de origem autossômica recessiva, caracterizada pela degeneração dos neurônios motores alfa, resultando em atrofia muscular progressiva. Existem vários subtipos da doença, classificada com base na idade de início dos sintomas. A AME tipo I é caracterizada por ser a forma mais grave, onde as manifestações clínicas têm início antes dos 6 meses de idade. **Descrição do caso:** Paciente do sexo feminino, 3 meses, com diagnóstico de AME tipo I. Internou previamente em outro hospital por engasgo com as mamadas e atraso no DNPM. Apresentou esforço respiratório, com necessidade de transferência para unidade de terapia intensiva e intubação orotraqueal. Foi extubada em abril de 2021 e veio transferida para a internação pediátrica do HCPA em uso de ventilação não invasiva (VNI) com interface nasal para otimização do tratamento neurológico e ventilatório. A VNI é importante para esses pacientes pois atua na correção da troca gasosa e na redução do trabalho respiratório. Cabe ao fisioterapeuta auxiliar na escolha da interface adequada, nos ajustes dos parâmetros do ventilador e na adaptação de ambos. Durante sua internação foram realizados atendimentos fisioterapêuticos diários com o intuito de otimizar a função e minimizar as deficiências do sistema respiratório e muscular. As técnicas de higiene brônquica são combinadas em técnicas manuais e dispositivos que auxiliam a tosse com insuflação-exsuflação mecânica. A fisioterapia motora é baseada em preservar a função