

CONTRIBUIÇÕES DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O CUIDADO INTERDISCIPLINAR NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Profissional de Educação Física; Práticas Interdisciplinares; Promoção da Saúde; Saúde do Idoso; Saúde do adulto

Introdução

A Atenção Primária à Saúde (APS) busca promover o cuidado integral por meio de ações de prevenção e promoção da saúde. Nesse contexto, a atuação interdisciplinar favorece a compreensão ampliada das necessidades dos usuários, e os grupos terapêuticos constituem espaços de cuidado, acolhimento, troca de experiências e fortalecimento do vínculo com os serviços de saúde. O Profissional de Educação Física (PEF) desempenha papel relevante nesse processo ao desenvolver práticas corporais e ações de educação em saúde que favorecem a qualidade de vida, a autonomia e o autocuidado. Assim, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência do PEF em um grupo interdisciplinar voltado à saúde do adulto e da pessoa idosa na APS.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência sobre a atuação de um PEF residente em um grupo terapêutico interdisciplinar desenvolvido em uma Unidade de Atenção Primária à Saúde (UAPS). Os encontros ocorreram semanalmente entre março e junho de 2026, com condução compartilhada entre médica, nutricionista, fisioterapeuta, psicóloga e PEF. Para este relato, consideraram-se três eixos de atuação do PEF: planejamento e condução de práticas corporais e orientações para atividade física; desenvolvimento de ações de educação em saúde e incentivo ao autocuidado, articulando atividade física, prevenção de agravos e manejo das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT); e atuação interdisciplinar na construção do cuidado, por meio do planejamento compartilhado, da discussão das demandas dos usuários e da articulação das práticas corporais às demais estratégias terapêuticas do grupo. Os temas dos encontros eram definidos a partir das sugestões dos participantes, contemplando saúde mental, alimentação saudável, atividade física e acompanhamento das DCNT.

Resultados / Discussão

Observou-se que a inserção do PEF contribuiu para a incorporação de práticas corporais como estratégia de cuidado no grupo, favorecendo a adequação das atividades às necessidades e potencialidades dos participantes. As ações de educação em saúde ampliaram o conhecimento dos usuários acerca dos benefícios da atividade física para o manejo das DCNT, a manutenção da capacidade funcional, promoção da saúde mental e a melhoria da qualidade de vida. Além disso, a atuação do PEF possibilitou reflexões sobre hábitos de vida, sedentarismo e formas de inserção do movimento no cotidiano, fortalecendo a autonomia dos usuários e sua corresponsabilização pelo cuidado. A experiência também evidenciou que a presença do PEF fortaleceu a construção interdisciplinar do cuidado ao integrar as práticas corporais às demais ações terapêuticas e ampliar o olhar sobre os usuários para além das queixas clínicas imediatas, reforçando a perspectiva da integralidade na APS.

Considerações Finais

A experiência evidenciou que a participação do PEF amplia as possibilidades de promoção da saúde, prevenção de agravos e manejo das condições crônicas, fortalecendo o cuidado interdisciplinar na APS. Além de favorecer a adoção de hábitos saudáveis e o protagonismo dos usuários no cuidado à própria saúde, sua atuação contribui para a construção de práticas integrais e centradas nas necessidades da população.

Imagens Anexas



Práticas corporais em grupo.



Trabalho interprofissional.



Grupo na APS.

Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília: Ministério da Saúde, 2018.