

ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM IDOSOS EM MURIBECA

Estratégia Saúde da Família; Promoção da Saúde; Saúde Mental; Fisioterapia

Introdução

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) e desempenha papel fundamental na promoção da saúde mental. O sofrimento psíquico tem se apresentado de forma crescente nos serviços de saúde, especialmente entre idosos, manifestando-se frequentemente por sintomas como ansiedade, estresse, insônia, isolamento social e dores crônicas. Nesse contexto, a atuação do fisioterapeuta na Estratégia Saúde da Família (ESF) amplia as possibilidades de cuidado integral por meio de práticas corporais, exercícios terapêuticos, técnicas de relaxamento e atividades coletivas que favorecem o bem-estar físico, emocional e social. Considerando a relevância dessas ações para a qualidade de vida da população idosa, este estudo teve como objetivo analisar a atuação do fisioterapeuta na promoção da saúde mental junto ao Grupo de Idosos Arco-Íris, desenvolvido nas ESF's Odorico de Melo I e II, no município de Jaboatão dos Guararapes, Pernambuco. Objetivo: Analisar a atuação do fisioterapeuta na promoção da saúde mental de idosos participantes do Grupo Arco-Íris, desenvolvido nas Equipes de Saúde da Família Odorico de Melo I e II, destacando suas contribuições para o cuidado integral, o fortalecimento de vínculos e a melhoria da qualidade de vida dos usuários. Justificativa: O aumento das demandas relacionadas à saúde mental na Atenção Primária à Saúde, especialmente entre a população idosa, exige estratégias de cuidado que promovam acolhimento, autonomia e qualidade de vida. Nesse contexto, a fisioterapia apresenta potencial para contribuir com a promoção da saúde mental por meio de práticas corporais, exercícios terapêuticos e atividades grupais. Assim, torna-se relevante evidenciar as contribuições da atuação fisioterapêutica no cuidado integral à saúde mental dos usuários da Estratégia Saúde da Família.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência realizado por residentes da Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Atenção Básica, junto ao Grupo de Idosos Arco-Íris, em Muribeca, Jaboatão dos Guararapes-PE. As ações, iniciadas em maio de 2025, envolveram atividades interdisciplinares, como grupos de movimento e relaxamento, rodas de conversa, acolhimentos e ações educativas voltadas ao autocuidado, fortalecimento de vínculos e promoção da saúde mental.

Resultados / Discussão

As intervenções realizadas favoreceram a criação de espaços de escuta, acolhimento e convivência, contribuindo para a redução de sintomas de ansiedade, insônia e tensões musculares relatados pelos participantes. As práticas corporais estimularam a expressão de sentimentos, o fortalecimento da autoestima e a ampliação da autonomia dos idosos. As rodas de conversa possibilitaram reflexões sobre saúde mental, incentivando o compartilhamento de experiências e o fortalecimento do apoio comunitário. A atuação integrada do fisioterapeuta com a equipe multiprofissional ampliou a compreensão das necessidades dos usuários, evidenciando a importância da fisioterapia na construção de estratégias de cuidado voltadas à promoção da saúde mental na APS.

Considerações Finais

As ações favoreceram a escuta, o acolhimento e a convivência, contribuindo para a redução da ansiedade, insônia e tensões musculares. As práticas corporais e rodas de conversa fortaleceram a autoestima, a autonomia e os vínculos comunitários. A atuação do fisioterapeuta em conjunto com a equipe multiprofissional destacou sua relevância na promoção da saúde mental na APS.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

Referências: BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília: Ministério da Saúde, 2018. BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.