

Práticas corporais diminuem tempo de tratamento de doenças

Falta de tempo dos usuários ainda é a principal causa do baixo índice de pessoas que aderem às práticas.

Colaboradora: Giulia Barros 09/04/2013



O programa de hoje recebeu a convidada Yara Carvalho, professora associada da escola de educação física e esporte da USP, para falar sobre a importância das práticas corporais no serviço de saúde municipal.

As práticas corporais agregam modalidades ocidentais e orientais. Entre elas estão o tai chi chuan, a yoga, a corrida, a caminhada, o alongamento e a ginástica. Grande parte dos usuários das unidades de saúde procuram as práticas para estimular a convivência e conquistar a oportunidade de conhecer e se relacionar com outras pessoas.

A pesquisa foi realizada no distrito Butantã. Na primeira etapa foram selecionadas 1039 pessoas. Foram escolhidas para a segunda fase aqueles que poderiam colaborar com entrevistas que exigem uma reflexão maior sobre o assunto. 240 pessoas de perfil heterogêneo realizaram a segunda etapa de entrevistas. Entre as questões apresentadas, foram discutidas as práticas corporais que já são realizadas nas unidades e de que maneira elas poderiam ser aprimoradas

A falta de tempo para praticar as atividades, a influência direta das práticas no processo de tratamento das doenças dos usuários e a necessidade de maior comunicação entre trabalhadores da saúde e comunidade foram os principais resultados apontados na

pesquisa. Após a realização do estudo, foram distribuídos informativos nas unidades básicas de saúde para mostrar aos profissionais a importância das práticas para o desenvolvimento da saúde pública.

Na década de 90 e início de 2000 houve um processo de formação voltado para as práticas integrativas no Estado de SP. Esse programa conscientizou os profissionais de saúde sobre a importância dessas práticas como forma de intervir no processo de tratamento de doença dos usuários. É importante que os servidores saibam da importância das práticas corporais e busquem programas de capacitação para que número de usuários que realizam as atividades aumente e os resultados sejam satisfatórios para todos.