Grupo de Controle da Dor conclui atividades na Urbis VI

Date : 16-11-2017

A Secretaria Municipal de Saúde, através o Núcleo de Apoio à Família (NASF), realizou um encontro para o encerramento de 2017 das ações do grupo de Controle da Dor da Unidade de Saúde Urbis VI. O evento aconteceu na Associação de Moradores do bairro com as participantes do grupo, que puderam desfrutar de um lanche comemorativo, além da distribuição de presentes.

O grupo nasceu devido ao grande número de reclamações das usuárias da unidade sobre dores nos músculos e nas articulações. Segundo a fisioterapeuta da unidade, Érica Tremura, integrante do grupo NASF 4, ela organizou um atendimento em grupo para atender à situação. “O grupo teria a duração de três meses para que pudéssemos construir as possibilidades de cuidados para o controle desse tipo de dor”, afirma a fisioterapeuta. Ela explicou ainda que, além de dicas para as atividades cotidianas, as participantes puderam aprender diversas atividades para aliviar o problema: “Foram realizadas sessões de alongamento, princípios de Pilates, consciência corporal, controle de energia e autocuidados. Foi dado, também, enfoque às questões emocionais que permeiam a dor ”.

O resultado desta experiência, de acordo com Érica Tremura, foi bastante satisfatório. Todas as participantes tiveram uma diminuição considerável das dores. O próximo grupo deve começar as atividades em 2018 e já conta com uma lista de espera.