

# **INTERVENÇÃO COM MULHERES EM UMA INSTITUIÇÃO FILANTRÓPICA DE FORTALEZA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

## **II Encontro de Iniciação Acadêmica**

Sabrina Xavier de Souza, Manoela Moura de Sousa, Edyla Maria Porto de Freitas Camelo, Raimunda Hermelinda Maia Macena

**Introdução:** A fisioterapia contribui na promoção da qualidade de vida e prevenção de patologias, individualmente com incentivo a práticas de atividade física e hábitos saudáveis ou coletivamente nas unidades básicas de saúde. A importância da ação coletiva, dentro e fora de um ambiente hospitalar, dá-se devido a ter um alcance maior de indivíduos com características ou situações semelhantes. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma atividade extensionista com um grupo de mulheres sobre promoção da saúde em uma instituição filantrópica em Fortaleza, Ceará. **Metodologia:** Trata-se de um relato da prática extensionista, descritivo e qualitativo realizado em 13 de Junho de 2017, com um grupo composto por 15 mulheres e 6 facilitadores do Projeto de Promoção da Saúde (PROSA). A atividade foi estruturada nos seguintes tópicos: 1.Alongamentos; 2.Conscientização corporal; 2.Incontinência urinária; 3.Relaxamento. **Resultados:** A atividade aconteceu no ginásio da instituição e teve duração de 2 horas. As participantes realizaram os exercícios propostos e participaram com questionamentos e relatos de experiências. Ao final da atividade, relataram satisfação com a dinâmica proposta e sugeriram possíveis temas para uma próxima intervenção, tais como: postura nas atividades diárias, perineoplastia e variações hormonais durante o ciclo menstrual e ao longo da vida. **Conclusões:** Conclui-se que a promoção da saúde é uma experiência importante para acadêmicos, profissionais e principalmente para a população. Pois através desse tipo de intervenção há uma aproximação dos profissionais com seus assistidos, assim como um empoderamento da comunidade que com as informações advindas dessas vivências evita que ocorra comorbidades maiores como também gastos demasiados em medicamentos e tratamentos.

**Palavras-chave:** Atividade Educativa. Promoção da Saúde. Saúde da Mulher. Fisioterapia.