



## PÔSTER

### *Cuidado individual, familiar e comunitário*

#### **Cuidando da gente: reflexão e saúde para profissionais da CF Souza Marques**

Amanda Cristima Lima Barreiros. UERJ. amanda\_lba@hotmail.com  
 Henrique Magalhães de Souza Lima. UERJ. henriquesouzalima@yahoo.com.br  
 Suliane Motta do Nascimento. UERJ. drasuliane@yahoo.com.br

**Introdução:** Os grupos de educação em saúde na Atenção Primária à Saúde são uma estratégia de grande impacto utilizada pelos profissionais de saúde. A Clínica da Família Souza Marques, situada no bairro de Madureira, na cidade do Rio de Janeiro, utiliza essa ferramenta em vários âmbitos dos cuidados em saúde.

**Objetivos:** Esse trabalho visa apresentar a experiência do Grupo “Cuidando da Gente”, que foi criado para os próprios profissionais de saúde da Unidade, a partir de uma demanda destes de que fosse disponibilizado um espaço de reflexão sobre sua saúde e autocuidado.

**Metodologia ou Descrição da Experiência:** O grupo é conduzido por duas médicas, um enfermeiro, uma nutricionista e um educador físico. Os encontros acontecem quinzenalmente, após o término do horário de expediente, e participam, em média, 10 a 15 profissionais. Todos os profissionais que se interessaram em participar foram avaliados clinicamente através de cálculo do IMC, aferição de pressão arterial, verificação do estado vacinal, questionados sobre realização de colpocitologia, etilismo, tabagismo e história familiar. As atividades são realizadas conforme as demandas trazidas nos encontros anteriores.

**Resultados:** Durante as atividades são realizadas atividades educativas, como orientações alimentares, e momentos de relaxamento, bem como realização de exames laboratoriais e colpocitologia.

**Conclusão ou Hipóteses:** Desta forma, proporcionamos um momento de socialização, integração e bem estar dentro do ambiente de trabalho.

**Palavras-chave:** Grupo de Saúde. Autocuidado.