

UBS Jardim Coimbra

10/2025



Integração CAPS II e EMAB UBS Jardim Coimbra

Nº de Participantes - 10

Ação conjunta no CAPS,
fortalecendo o trabalho em rede
entre os serviços de saúde do
território. Durante a visita, tivemos
a oportunidade de dialogar com a
equipe multiprofissional,
compartilhar experiências e alinhar
estratégias de cuidado voltadas ao
público adolescente.



Grupo de nutrição - tema: vitaminas

Nº de Participantes 17

Foi realizado o Grupo de Nutrição com foco no tema vitaminas, abordando sua importância para o funcionamento adequado do organismo e para a prevenção de doenças. Durante o encontro, os participantes receberam orientações sobre as principais fontes vitamínicas presentes na alimentação cotidiana, suas funções, benefícios e sinais de deficiência.



Grupo Cuca Legal em comemoração ao Dia do Idoso

Nº de Participantes 15

Uma programação especial voltada para a promoção da saúde física, mental e do convívio social. A atividade contou com músicas, danças e momentos de descontração, incentivando o movimento corporal, a interação entre os participantes e o estímulo à autoestima.



Grupo de Alimentação Saudável – Distribuição dos Alimentos e Quantidade de Açúcar

Nº de Participantes 15

Foi realizado o Grupo de Alimentação Saudável com foco na orientação sobre a distribuição adequada dos alimentos no prato e a quantidade de açúcar ingerida no cotidiano. Durante o encontro, foram abordados os principais grupos alimentares, suas funções no organismo e a proporção recomendada para uma refeição equilibrada.



Importância da Prática de Atividade Física

Nº de Participantes 15

Foram realizadas orientações sobre a importância da prática regular de atividade física para a manutenção da saúde e prevenção de doenças. Durante a atividade, foram apresentados os diferentes tipos de exercícios — aeróbicos, de força, flexibilidade e equilíbrio — destacando seus objetivos e formas seguras de execução.



Importância da Prática de Atividade Física

Nº de Participantes 8

Foi realizado o Grupo NutriKids em comemoração ao Dia das Crianças, com atividades educativas voltadas para hábitos alimentares saudáveis de forma lúdica e divertida. Durante o encontro, foram trabalhados temas como a importância do brincar.



Grupo de Reeducação Alimentar – Quiz “Verdadeiro ou Falso” sobre Alimentação Saudável

Nº de Participantes 16

Foi realizado o encontro do Grupo de Reeducação Alimentar com uma atividade interativa no formato de *quiz* “verdadeiro ou falso”, abordando conceitos relacionados à alimentação saudável. Durante a dinâmica, os participantes responderam a perguntas sobre mitos e verdades, discutindo temas como consumo de açúcares, gorduras, alimentos industrializados, importância das fibras, hidratação e combinação adequada dos alimentos.



Ação da Equipe 01 na Creche Maria Alice – Pesagem e Medição

Nº de Participantes 45

A Equipe 01 realizou uma ação na Creche Maria Alice com o objetivo de acompanhar o crescimento e desenvolvimento das crianças. Durante a atividade, foram realizadas pesagens e medições, permitindo a avaliação nutricional e o monitoramento dos indicadores antropométricos.

O trabalho contribui para a identificação precoce de possíveis alterações no estado nutricional, orientação às famílias e promoção da saúde infantil, fortalecendo a vigilância e o cuidado contínuo no território.



Grupo de Gestantes – Participação do Dr. Matheus

Nº de Participantes 3

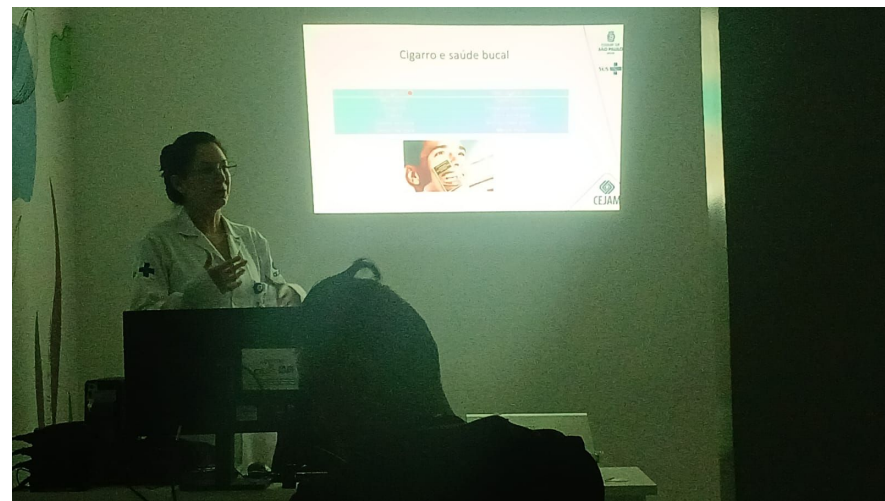
Foi realizado o encontro do Grupo de Gestantes com a participação do Dr. Matheus, que abordou orientações importantes sobre a realização de exames de rotina durante o pré-natal, calendário de consultas e acompanhamento clínico. Também foram reforçadas as informações sobre a importância das consultas odontológicas nesse período, destacando os cuidados com a saúde bucal da gestante e seus impactos na gestação.



Grupo de Tabagismo – Orientações com a Dentista Rafaela

Nº de Participantes 3

Foi realizado o encontro do Grupo de Tabagismo com a participação da dentista Rafaela, que abordou os impactos do tabagismo na saúde bucal, incluindo riscos de câncer oral, doenças periodontais, mau hálito, manchas dentárias e perda dentária. Durante a atividade, os participantes receberam orientações sobre medidas de prevenção, cuidados necessários durante o processo de cessação do tabagismo e estratégias de promoção da saúde bucal.



Grupo de Yoga – Conduzido pela Educadora Física

Nº de Participantes 43

Foi realizado o encontro do Grupo de Yoga com a condução da educadora física, promovendo práticas voltadas à respiração consciente, alongamentos, fortalecimento muscular e relaxamento. A atividade favoreceu o equilíbrio físico e emocional, redução do estresse e melhora da flexibilidade e postura.

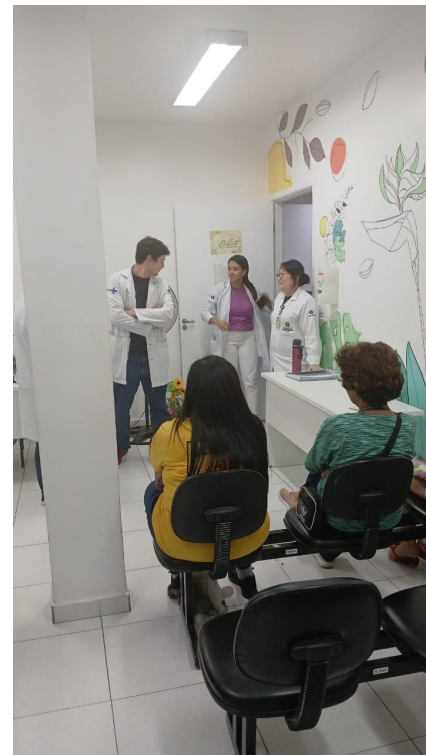
O momento proporcionou bem-estar, acolhimento e integração dos participantes, incentivando a adoção de hábitos saudáveis e o cuidado com a saúde mental e corpor



Grupo de Tabagismo – Orientações com a Farmacêutica Nara, Dr Matheus

Nº de Participantes 43

Foi realizado o encontro do Grupo de Tabagismo com a participação da farmacêutica Nara e do Dr. Matheus, que abordaram os efeitos do tabagismo no organismo, os riscos associados ao consumo contínuo de nicotina e as principais estratégias de cessação. Foram discutidos os medicamentos disponíveis, seus benefícios e possíveis efeitos colaterais, além de orientações sobre acompanhamento clínico durante o processo de abandono do cigarro.



Grupo de Pilates

Nº de Participantes 43

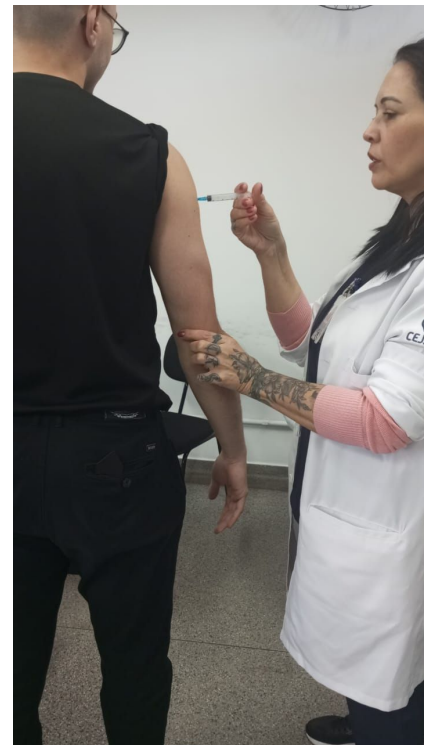
Foi realizado o encontro do Grupo de Pilates, com atividades voltadas ao fortalecimento muscular, alongamento, melhora da postura e aumento da flexibilidade. Durante a prática, os participantes foram orientados quanto à execução correta dos movimentos, respiração adequada e consciência corporal.



Vacinação no Colégio Luís Magalhães

Nº de Participantes 12

Foi realizada uma ação de vacinação no Colégio Luís Magalhães, com o objetivo de atualizar o calendário vacinal dos estudantes e reforçar a proteção contra doenças imunopreveníveis. Durante a atividade, foram verificados os cartões de vacina, aplicadas as doses necessárias e fornecidas orientações aos alunos e responsáveis sobre a importância da imunização.



Pesagem e Medida – CEI

Construindo Consciência

Nº de Participantes 43

Foi realizada uma ação no CEI Construindo Consciência com o objetivo de monitorar o crescimento e desenvolvimento das crianças. Durante a atividade, foram realizadas pesagens e medições antropométricas, permitindo a avaliação do estado nutricional e a identificação precoce de possíveis alterações.

A iniciativa contribui para o acompanhamento contínuo da saúde infantil, orientação às famílias e promoção de hábitos saudáveis, fortalecendo a vigilância nutricional no território e a parceria entre a unidade de saúde e a instituição de ensino.



Grupo de Controle de Pressão e Diabetes

Nº de Participantes 15

Foi realizado o encontro do Grupo de Controle de Pressão Arterial e Diabetes, com foco no acompanhamento dos pacientes portadores de doenças crônicas. Durante a atividade, foram realizadas aferições de pressão arterial e glicemia capilar, além de orientações sobre alimentação saudável, uso correto de medicações, prática regular de atividade física e sinais de alerta.



Ação de Pesagem e Medição – CEI Tancredo Neves

Nº de Participantes 45

Foi realizada uma ação no CEI Tancredo Neves com o objetivo de monitorar o crescimento e desenvolvimento das crianças. Durante a atividade, foram realizadas pesagens e medições antropométricas, permitindo a avaliação do estado nutricional e a detecção precoce de possíveis alterações.

A iniciativa fortalece a vigilância da saúde infantil, promove orientações às famílias e contribui para o acompanhamento contínuo das crianças no território, reforçando a integração entre a unidade de saúde e a instituição escolar.



Grupo de Psicoterapia

Nº de Participantes 20

Foi realizado o encontro do Grupo de Psicoterapia, com o objetivo de promover acolhimento, escuta qualificada e apoio emocional aos participantes. Durante a atividade, foram trabalhados temas relacionados ao bem-estar mental, manejo de emoções, estratégias de enfrentamento e fortalecimento de vínculos sociais.



Grupo de Planejamento Familiar

Nº de Participantes 5

Foi realizado o encontro do Grupo de Planejamento Familiar com o objetivo de orientar os participantes sobre métodos contraceptivos, saúde sexual e reprodutiva. Durante a atividade, foram apresentadas informações sobre diferentes opções de contracepção, sua eficácia, indicações, formas de uso e possíveis efeitos colaterais, permitindo que cada usuário faça escolhas conscientes e adequadas ao seu perfil..



Grupo de Gestante Enfermeira Rita

Nº de Participantes 7

Foi realizado o encontro do Grupo de Gestantes, conduzido pela enfermeira Rita, com o objetivo de promover orientações sobre cuidados durante o pré-natal, saúde materno-infantil e preparação para o parto. Durante a atividade, foram abordados temas relacionados à importância das consultas periódicas, exames de rotina, alimentação adequada, sinais de alerta e cuidados com o recém-nascido.



Ação NPV - Tipos de Violência

Nº de Participantes 7

Foi realizada uma ação do Núcleo de Prevenção à Violência (NPV) com foco na identificação e orientação sobre os diferentes tipos de violência. Durante o encontro, foram abordadas formas de violência física, psicológica, sexual, patrimonial e moral, bem como seus sinais, consequências e impactos na saúde.

Os participantes receberam informações sobre canais de denúncia, fluxos de atendimento, rede de proteção e medidas de prevenção, reforçando a importância do reconhecimento precoce e do apoio às vítimas.



Ação NPV - Tipos de Violência

Nº de Participantes 7

No dia 18/10 foi realizada a ação Avança Saúde Mulher, por meio de um circuito da saúde composto por diversas atividades voltadas à promoção, prevenção e cuidado integral da saúde feminina.

Durante o evento, foram ofertados:

Consultas médicas;

Coleta de exame citopatológico (Papanicolau);

Solicitação de exames laboratoriais;

Atualização vacinal;

Testes rápidos para detecção de infecções;

Orientações individuais e em grupo;

Atividades educativas em saúde.

A iniciativa teve como objetivo ampliar o acesso aos serviços, reduzir demandas reprimidas, reforçar o autocuidado e estimular o acompanhamento regular da saúde da mulher.



Ação – Caso de Acumulação

Nº de Participantes

Foram realizadas três ações no local, nos dias 06, 13 e 20 de outubro, visando promover melhores condições de habitabilidade, segurança e cuidado em saúde.



UBS na Rua Equipe 02

Nº de Participantes

Ação realizada pela enfermeira e médico da equipe no território de abrangência com foco no cuidado a saúde da mulher sob o tema de outubro rosa



Busca de Vacina

Nº de Participantes

Equipe da assistência realizou a busca de pacientes na escola para varredura de vacinação



Comemoração Dia do ACS

Nº de Participantes

Equipe da UBS realizou evento em comemoração ao dia do ACS



UBS na Rua Equipe 06

Nº de Participantes 7

Ação realizada pela enfermeira e médico da equipe no território de abrangência com foco no cuidado a saúde da mulher sob o tema de outubro rosa



Ação NPV

Nº de Participantes

A ação abordou o cuidado ao paciente vítima de qualquer violência e a procurar o serviço de saúde.



VII Encontro de Horteiros

Nº de Participantes



Palestra sobre arbovirose, na escola Marli ferraz

Nº de Participantes



