

UBS Jardim Coimbra

01/2025




 *Fotos da Ação*

 *Unidade: UBS Jardim Coimbra*

 *Nome da Ação:* Mova-se

 *Data da Ação:* 28/02/25

 *Equipe Responsável:* APA Rafael

 *Descritivo da Ação:* A ação promovida pelo APA chamada **MOVA-SE** visa desenvolver atividades lúdicas e recreativas, com foco no lazer, e tem como objetivo também aproximar os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) das causas ambientais. Essa iniciativa busca não apenas o entretenimento, mas também a conscientização ambiental, fortalecendo o vínculo entre a saúde pública e a preservação do meio ambiente.

 *Números de Pessoas Impactadas com a Ação:* 11

Grupo Planejamento Familiar

Nº de Participantes 5

A ação de planejamento familiar busca garantir que os participantes compreendam quais métodos contraceptivos adequados, reduzir riscos a saúde, proporcionando um acompanhamento adequado respeitando seus direitos reprodutivos e a sua saúde.



Grupo Psicoterapia

Nº de Participantes 10

Ação oferece um espaço seguro e acolhedor, onde o paciente pode explorar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos, identificando padrões e sua qualidade de vida.



Avaliação AMPI

Nº de Participantes 4

Ação realizada pela farmacêutica Nara, a avaliação ajuda a avaliar a saúde do paciente através de questionários, e a importância de um suporte contínuo durante a jornada do paciente.



Palestra Campanha Lacre Solidário

Nº de Participantes 20

Apresentado pelo APA Rafael a ação social que tem como objetivo arrecadar lacres de latinhas de alumínio voltadas para a troca por cadeiras de rodas para ajudar pessoas com deficiência.



Grupo Ioga

Nº de Participantes 53

O Grupo Yoga tem como objetivo promover o bem-estar físico e mental dos participantes por meio de práticas que envolvem fortalecimento muscular, alongamento, respiração e equilíbrio.



Reunião CCIRAS

Nº de Participantes 10

A reunião abordou estratégias de melhorias nos processos e reforçadas as práticas de controle de infecções, análise de indicadores e alinhamento de ações preventivas.



Reunião NUVIS

Nº de Participantes 16

- Organização do processo de trabalho interno.
- Análise de informações sobre o território.
- Proposição de ações e prioridades.
- Levantamento de necessidades de pautas para reuniões da unidade.



Grupo de caminhada, orientação sobre os tipos de sal

Nº de Participantes 20

A orientação sobre os tipos de sal ajuda a fazer escolhas mais saudáveis: o sal refinado, comum em muitos alimentos processados, pode aumentar a pressão arterial. Caminhar e adotar uma alimentação equilibrada são passos importantes para uma vida saudável.



Grupo de nutrição, com Psicóloga Thaís

Nº de Participantes 20

Um espaço acolhedor para discutir a relação entre alimentação e saúde mental. Através de orientações psicológicas, é possível entender como nossos hábitos alimentares influenciam o bem-estar emocional. Juntos, buscamos melhorar a qualidade de vida, promovendo uma alimentação equilibrada e a construção de hábitos saudáveis, que impactam positivamente no corpo e na mente.



Planejamento Familiar

Nº de Participantes 7

A ação de planejamento familiar busca garantir que os participantes compreendam quais métodos contraceptivos adequados, reduzir riscos a saúde, proporcionando um acompanhamento adequado respeitando seus direitos reprodutivos e a sua saúde.



Receita de brigadeiro light no grupo da caminhada

Nº de Participantes

Ação de em saúde e bem-estar, a ideia de preparar um brigadeiro light foi para mostrar como é possível fazer versões mais saudáveis de alimentos tradicionais, sem perder o sabor, para que os participantes possam aproveitar sem culpa.



Bloqueio de dengue

Nº de Participantes

A ação fortalece a atuação dos ACS no território, promovendo a saúde, melhorando a qualidade do atendimento e contribuindo para o controle é possível reduzir a transmissão da doença, criando uma sociedade mais saudável e livre de estigmas.



Grupo de Psicoterapia

Nº de Participantes 5

Ação oferece um espaço seguro e acolhedor, onde o paciente pode explorar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos, identificando padrões e sua qualidade de vida.



Grupo Nutricionista.

Nº de Participantes 15

Com o intuito de realizar orientações personalizadas e práticas, buscando sempre resultados eficazes e sustentáveis traz uma abordagem única, com foco em uma alimentação equilibrada, no entendimento das necessidades individuais e no acompanhamento contínuo. Nosso objetivo é proporcionar uma vida mais saudável e plena para todos, com apoio, conhecimento e cuidado especializado."



Ação prevenção de Quedas

Nº de Participantes 15

Ação trouxe conscientização de sobre os riscos de quedas e ensinar estratégias para evitá-las, especialmente em ambientes com idosos ou indivíduos com mobilidade reduzida.



Palestra de Nutrição

Nº de Participantes 15

A monitorização regular dos níveis de glicose ajuda a identificar variações, possibilitando intervenções rápidas e ajustando o tratamento. Além disso, é importante para o bem-estar geral do grupo, contribuindo para uma melhor qualidade de vida, controle de sintomas e redução de riscos associados à hiperglicemia ou hipoglicemia.



Entrega de certificado para o grupo de tabagistas

Nº de Participantes 5

Realizado entrega dos certificados como um reconhecimento formal, como um símbolo de superação e de compromisso com a saúde e o bem-estar do paciente. Também destacamos o trabalho em equipe, pois sabemos que o apoio mútuo é fundamental.



Avaliação nutricional com as crianças do CCA

Nº de Participantes 30

A ação envolveu a nutricionista Thais a análise de aspectos como o peso, altura, dieta e hábitos alimentares para identificar necessidades e deficiências nutricionais, ajustando as orientações alimentares para promover uma alimentação equilibrada. O objetivo é garantir o desenvolvimento saudável das crianças, prevenir doenças relacionadas à alimentação e incentivar bons hábitos desde cedo.



Grupo de Pilates

Nº de Participantes 70

O Grupo de Pilates tem como objetivo promover o bem-estar físico e mental dos participantes por meio de práticas que envolvem fortalecimento muscular, alongamento, respiração e equilíbrio.



Busca ativa da tuberculose

Nº de Participantes 26

Essa ação contribui para identificar casos ainda não diagnosticados, evitando a transmissão da tuberculose e garantindo o início do tratamento adequado o mais rápido possível.



Orientação e Bloqueio de Dengue

Nº de Participantes 78

A ação fortalece a atuação dos ACS no território, promovendo a saúde, melhorando a qualidade do atendimento e contribuindo para o controle é possível reduzir a transmissão da doença, criando uma sociedade mais saudável e livre de estigmas.



Busca Ativa de tuberculose

Nº de Participantes 78

Essa ação contribui para identificar casos ainda não diagnosticados, evitando a transmissão da tuberculose e garantindo o início do tratamento adequado o mais rápido possível.



Prevenção de IST's

Nº de Participantes 6

A ação destacou a importância de realizar exames regulares, abordou a educação sobre as formas de transmissão e os riscos das ISTs é essencial para reduzir a propagação dessas infecções.

A comunicação aberta com os parceiros sobre o histórico sexual e a vacinação contra algumas ISTs, como o HPV e a hepatite B, também são medidas preventivas importantes.



Grupo de Has e Dia

Nº de Participantes 09

A ação é uma estratégia focada no acompanhamento, controle de doenças crônicas, prevenir complicações e melhorar a qualidade de vida dos pacientes



Conscientização da Importância da Gestante se Consultar com o Dentista

A conscientização sobre a importância da gestante se consultar com o dentista é essencial para garantir a saúde bucal durante a gravidez. A saúde oral das gestantes pode impactar tanto a mãe quanto o bebê. Problemas como gengivite e cáries podem ser mais frequentes devido às alterações hormonais, e doenças periodontais podem estar associadas a riscos de parto prematuro e baixo peso ao nascer.



Grupo de saúde do Pé

A saúde do pé é fundamental para o bem-estar, pois os pés sustentam o peso do corpo e são responsáveis pela mobilidade. Trabalhar com exercícios e terapias que ajudem a manter a mobilidade e flexibilidade dos pés, especialmente em idosos ou pessoas com condições crônicas.



UBS na RUA Eq 7

O **grupo de UBS** da rua **Eq 7** realizou uma ação importante para levar serviços essenciais à população, oferecendo atendimento médico, de enfermagem, exames de **teste rápido** e **vacinação**. Essas ações têm como objetivo promover a saúde e bem-estar da comunidade, garantindo o acesso a cuidados médicos e preventivos de forma mais próxima e eficiente.



Grupo de gestante

O grupo de gestantes, trouxe a abordagem de orientar e apoiar as futuras mães durante a gravidez, como a importância dos exames e do acompanhamento pré-natal para monitorar a saúde da mãe, do parceiro e do bebê.



Vacinação no Território Jardim Ângela

A região, que possui uma grande densidade populacional e desafios sociais, com a implementação de locais de fácil acesso e horários flexíveis para atender a todos. Essa ação busca combater surtos de doenças e proteger a saúde da população, especialmente em áreas com maior vulnerabilidade.



Saúde Mental

Ação realizada para a saúde mental que desempenha um papel fundamental em diversos aspectos da vida, e um dos mais impactados é a sexualidade. Quando a mente está em desequilíbrio, seja por estresse, ansiedade, depressão ou outros transtornos, a vida sexual pode ser afetada de maneira significativa. A enfermeira que trabalha com práticas holísticas busca tratar a pessoa de forma integral, ou seja, considerando corpo, mente e espírito. Além disso, essas práticas também favorecem a comunicação entre parceiros, a aceitação do próprio corpo e o fortalecimento da conexão emocional, elementos essenciais para uma vida sexual satisfatória. Portanto, a abordagem holística não apenas trata os sintomas, mas busca uma transformação profunda no bem-estar geral do paciente, refletindo positivamente na saúde sexual.



**SAÚDE MENTAL
INTERFERE NO
SEXO?**

**Convido você à
participar da
atividade que
acontecerá no dia
26/02/2025 às 10:00
e às 14:00 horas.
Local: Nosso
Cantinho**

Grupo de Psicoterapia

Ação oferece um espaço seguro e acolhedor, onde o paciente pode explorar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos, identificando padrões e sua qualidade de vida.



Ação e busca ativa de TB, Vacina Febre Amarela e Teste rápido

A ação e busca ativa de Tuberculose (TB), a vacinação contra a Febre Amarela e a realização de testes rápidos são estratégias fundamentais de saúde pública, com o objetivo de melhorar o acesso ao cuidado, prevenir doenças e promover o bem-estar da população.



Capacitação Tabagismo

A ação de capacitação sobre tabagismo realizada aos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) tem como objetivo proporcionar informações, orientações e estratégias para que esses profissionais possam atuar efetivamente na prevenção e no combate ao tabagismo dentro das comunidades onde atuam.



Capacitação e Orientação sobre o novo Fluxo do PAMG

A capacitação e orientação sobre o **novo fluxo do PAMG** visa atualizar os **Agentes Comunitários de Saúde (ACS)**, sobre as mudanças no processo de atendimento, encaminhamentos e protocolos dentro do Sistema Único de Saúde (SUS), no contexto do PAMG. O objetivo é otimizar o atendimento, melhorar a qualidade dos serviços prestados e garantir que os pacientes recebam a assistência correta e no tempo adequado.



Grupo de Nutrição para os Concierges e Humanização



A nutricionista abordou estratégias para educar e orientar os participantes sobre os benefícios de uma alimentação equilibrada, incentivando escolhas mais saudáveis e conscientes. Esse encontro teve a importância da alimentação para o corpo, mas também para a mente e as emoções.

O cuidado nutricional se torna um veículo para melhorar a qualidade de vida. Trouxe a importância da saúde e bem-estar, sendo fundamental em qualquer contexto de cuidado, a alimentação se torna uma ferramenta de transformação física e emocional, vai além de simplesmente ter uma refeição saudável, é importante não apenas garantir a oferta de alimentos nutritivos, mas também valorizar o aspecto cultural e afetivo das refeições, respeitando as necessidades e preferências dos indivíduos.

Ação Dengue Casa a Casa

A ação fortalece a atuação dos ACS no território, promovendo a saúde, melhorando a qualidade do atendimento e contribuindo para o controle é possível reduzir a transmissão da doença, criando uma sociedade mais saudável e livre de estigmas.



Mova-se

A nutricionista abordou estratégias para educar e orientar os participantes sobre os benefícios de uma alimentação equilibrada, incentivando escolhas mais saudáveis e conscientes. Esse encontro teve a importância da alimentação para o corpo, mas também para a mente e as emoções.

O cuidado nutricional se torna um veículo para melhorar a qualidade de vida. Trouxe a importância da saúde e bem-estar, sendo fundamental em qualquer contexto de cuidado, a alimentação se torna uma ferramenta de transformação física e emocional, vai além de simplesmente ter uma refeição saudável, é importante não apenas garantir a oferta de alimentos nutritivos, mas também valorizar o aspecto cultural e afetivo das refeições, respeitando as necessidades e preferências dos indivíduos.



