

ATIVIDADE FÍSICA EM ESPAÇOS VERDES NO ACOMPANHAMENTO TERAPÊUTICO DE USUÁRIAS (OS) DA REDE DE SAÚDE MENTAL NO SUS

Ramon Sena De Jesus Dos Santos

Palavras-Chave: Reforma Psiquiátrica. Humanização. Autonomia.

DOI: 10.47094/IICOLUBRAIS2022/40

Introdução: A prescrição de atividades físicas tem sido tecnologia expressiva à promoção da integralidade do cuidado em saúde mental. Políticas públicas de atividade física em espaços verdes sinalizam para relação entre estilo de vida fisicamente ativo, meio ambiente natural, e melhoria da saúde integral. **Objetivos:** Objetivou-se avaliar implicações da inserção de atividades físicas em espaços verdes na efetivação do plano terapêutico de usuárias (os) de saúde mental em município da região sul do estado do Ceará. **Metodologia:** O público alvo foi composto por 24 usuárias (os) entre 22 e 64 anos de idade, assistidas (os) no Centro de Atenção Psicossocial Geral - CAPS III. As atividades foram realizadas semanalmente, em espaços verdes públicos, com duração de 50 minutos, no período de 16 semanas, sendo orientadas por profissional de educação física residente em Saúde Mental Coletiva da Escola de Saúde Pública do Ceará (ESPCE). Foram contempladas atividades de Lian Gong, caminhadas leves de 30 minutos, e exercícios de relaxamento. Para coleta de dados utilizou-se da escuta ativa, do autorelato, e da análise de discurso. **Resultados:** Percebeu-se a hegemonia do sexo feminino, com 85% das participantes, enquanto que masculinos apresentou 15% de usuários. As atividades permitiram ampliar a clínica em saúde mental, oportunizando a aproximação de usuárias (os), familiares, e profissionais. Este aspecto contribuiu para o estabelecimento de vínculos afetivos, tornando a prática terapêutica evidenciada, congestiva, inclusiva, e de valorização do protagonismo de sujeitos no autocuidado. O sentimento de bem-estar e de identidade com espaços verdes relatados, influenciou positivamente no plano de cuidados em saúde mental do coletivo. **Considerações finais:** A compreensão de novas estratégias de promoção da saúde é aspecto importante à dinamização de elementos terapêuticos na Rede de atenção Psicossocial – RAPS, que dialoga com princípios da reforma psiquiátrica brasileira. A experiência da realização de atividades físicas em espaços verdes apresentou-se como potencialidade terapêutica voltada para o fortalecimento das linhas de assistência em saúde mental aos participantes. Observou-se a possibilidade de cuidado em liberdade a partir dos territórios, contribuindo para novas perspectivas contra hegemônicas de alcance da integralidade do cuidado em saúde mental na rede de atenção à saúde.