



POTENCIALIDADES DA OFICINA DE PILATES COMO MÉTODO DE PROMOÇÃO À SAÚDE DE PACIENTES ONCOLÓGICOS

Joana dos Santos da Silva Corbette, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

Jarbas da Silva Ziani, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

Mylene Francini da Rosa, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

Rafaella Martini Paiva, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

Bárbara Garcia Figueredo, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

Rodrigo de Souza Balk, docente, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

joanacorbette.aluno@unipampa.edu.br

O câncer consiste em um compilado de mais de 100 doenças que possui em comum o crescimento desordenado no número de células, podendo-se desenvolver de forma maligna ou benigna. Neste sentido, a promoção à saúde contém planos e programas de ações para evitar que as pessoas se sujeitem a determinantes condicionantes de doenças, entretanto, na oncologia este tema pode surgir como forma de melhora na qualidade de vida. Por muito tempo, o tratamento para o câncer foi direcionado somente na doença, porém, com um olhar biopsicossocial destes indivíduos, surge a necessidade de desenvolver atividades que promovam à essa população momentos de descontração para melhora do seu bem estar físico e mental. Sendo assim, o método Pilates entra como uma notável intervenção complementar. O objetivo do trabalho é descrever as vivências transcorridas através de uma oficina de Pilates desenvolvida para a promoção da saúde de pacientes oncológicos que frequentam uma casa de apoio em Uruguai/RS. Trata-se de um relato de experiência desenvolvido a partir das vivências em uma oficina de Pilates com pacientes oncológicos organizada pelo Programa de Educação Tutorial Práticas Integradas em Saúde Coletiva (PET-PISC), a qual fazem parte do grupo discentes dos cursos de graduação de Enfermagem, Farmácia e Fisioterapia da Universidade Federal do Pampa. A atividade foi desenvolvida no ano de 2019 por 6 acadêmicos e o tutor do grupo, com apoio da psicóloga e assistente social da casa de apoio. Ressalta-se que a atividade ocorreu nas dependências da Universidade para proporcionar o máximo de segurança aos usuários, levando em consideração todas as suas particularidades e visando não colocar nenhum em situação de risco ou constrangimento. Participaram dessa atividade 21 usuários, sendo 14 do sexo feminino. Através da oficina pode-se perceber que os pacientes sentiram-se gratificados com a atividade, uma vez que conseguiram desenvolver estratégias para melhorar sua postura e também a autoestima. Dentre os benefícios do método Pilates para esta população está o aumento da força muscular, diminuição do estresse, melhora da respiração e maior independência nas atividades de vida diária por consequente diminuição da fadiga. Ademais, pode-se evidenciar que a atividade

proposta conseguiu promover uma melhora no bem estar emocional nesses usuários e também ofertar um cuidado centrado nas necessidades desses indivíduos. A oficina mostrou que o Pilates deve ser encorajado e aplicado com maior frequência visto os benefícios que o método pode trazer a estes pacientes.

Agradecimentos: Universidade Federal do Pampa, FNDE/MEC.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Pilates; Câncer.