

RESUMO SIMPLES - REABILITAÇÃO E DESEMPENHO FUNCIONAL

PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DE CUIDADORES DE PACIENTES COM COMPROMETIMENTO NEUROLÓGICO

Ísis De Oliveira Costa Souza (isis.costa@ufvjm.edu.br)

Ana Paula Oliveira Barroso (barroso.ana@ufvjm.edu.br)

Ana Clara Dias Figueiredo Lacerda (ana-clara.figueiredo@ufvjm.edu.br)

Caio Vinicius Monteiro De Sousa (caio.monteiro@ufvjm.edu.br)

Célio Marcos Dos Reis Ferreira (celio.ferreira@ufvjm.edu.br)

Ana Paula Santos (anapaula.santos@ufvjm.edu.br)

Introdução: Cuidadores de pessoas em reabilitação neurofuncional frequentemente vivenciam sobrecarga física e emocional decorrente das demandas contínuas do cuidado, o que pode comprometer sua saúde. Nesse contexto, tornam-se relevantes ações voltadas à promoção do autocuidado e do bem-estar desses indivíduos. **Objetivo:** Descrever as ações extensionistas desenvolvidas para promover o bem-estar físico e emocional de cuidadores de pacientes atendidos na Clínica Escola de Fisioterapia - área neurofuncional. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência das ações desenvolvidas no Projeto de Extensão: Cuidando de Quem Cuida, realizado entre 24 de setembro e 3 de dezembro de 2025, na Clínica Escola de Fisioterapia da UFVJM. Os encontros com os cuidadores ocorreram semanalmente, às quartas-feiras, nos horários de 8h, 9h e 10h, por meio de atividades corporais, como yoga, alongamentos e treino funcional, além de oficinas manuais de

bordado e crochê, e espaços de escuta e diálogo, enquanto os pacientes realizavam fisioterapia. Resultados: A participação média nas ações foi de quatro cuidadores por horário, houve boa adesão e avaliação positiva em todas as atividades propostas. Os participantes relataram sentir-se mais ativos, relaxados e acolhidos. Foram frequentes manifestações de gratidão, desabafos e episódios de choro, sugerindo que o espaço foi percebido como um ambiente seguro, acolhedor e de suporte emocional. Houve relatos de melhora do humor, redução do estresse e maior valorização do autocuidado. Conclusão: A experiência demonstrou que ações simples e regulares voltadas aos cuidadores, inseridas no contexto da fisioterapia, podem contribuir positivamente para o bem-estar físico e emocional, mostrando-se uma estratégia viável de promoção da saúde.

Palavras-chave: cuidadores; doenças do sistema nervoso; reabilitação neurológica; assistência integral à saúde.