

RESUMO SIMPLES - REABILITAÇÃO E DESEMPENHO FUNCIONAL

OMBRO AMIGO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM GRUPO OPERATIVO

Ana Luiza De Freitas Martins (ana.martins@ufvjm.edu.br)

Lívia Bechelene Guimarães Silva (bechelene.livia@ufvjm.edu.br)

Layane Pereira De Sousa (layane.pereira@ufvjm.edu.br)

Jordana Minelli De Lima Souza (jordana.minelli@ufvjm.edu.br)

As disfunções do ombro estão entre as queixas musculoesqueléticas mais frequentes, impactando funcionalidade e qualidade de vida. Exercícios fisioterapêuticos são fundamentais para recuperação e prevenção, e o atendimento em grupo potencializa a adesão ao tratamento. Na Atenção Primária à Saúde (APS), grupos operativos representam estratégia relevante de promoção da saúde e cuidado coletivo, além de otimizarem o gerenciamento das filas de espera da fisioterapia e permitirem continuidade assistencial pós-alta.

O objetivo do trabalho é relatar a experiência de residentes de Saúde Coletiva e estagiários de Fisioterapia em um grupo de exercícios para ombro na APS.

Trata-se de um relato de experiência de grupo operativo, realizado entre agosto e dezembro de 2025, com o total de 20 encontros. Participaram 16 usuários com dor no ombro atendidos na Clínica de Fisioterapia de Couto de Magalhães

de Minas. As intervenções incluíram alongamento, mobilidade articular e fortalecimento da musculatura do ombro. Para monitoramento, aplicou-se o SPADI (Shoulder Pain and Disability Index) no início e ao final das atividades.

Observou-se melhora clínica relevante em todos os participantes, com redução dos escores totais do SPADI entre as avaliações. Como exemplo, o paciente A.A.R. evoluiu de 79,23 para 55 pontos; P.J.F. de 52,31 para 34 pontos; e C.L.S. de 76,15 para 63 pontos. Os relatos dos usuários reforçam os achados: "Consigo amarrar meu cabelo sozinha" e "Estou dormindo melhor por não doer tanto mais". Para residentes e estagiários, a experiência proporcionou maior segurança na condução de grupos, aprofundamento teórico-prático, desenvolvimento de habilidades comunicativas e vínculo com usuários. A adesão foi satisfatória, com frequência regular e envolvimento ativo.

O grupo operativo mostrou-se estratégia eficaz de promoção da saúde, com melhora funcional evidenciada pelo SPADI e relatos subjetivos. Para a formação de residentes e estagiários, fortaleceu a integração teoria-prática, o cuidado coletivo e o manejo de ferramentas da APS.

Palavras-chave: ombro; grupo operativo; fisioterapia; atenção primária à saúde; relato de experiência.