

TERRITÓRIO EM MOVIMENTO: EXPERIÊNCIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE EM UMA COMUNIDADE DO INTERIOR DO CEARÁ

Atenção Primária à Saúde; Participação da Comunidade; Promoção da Saúde

Introdução

A promoção da saúde na Atenção Primária à Saúde (APS) envolve o desenvolvimento de estratégias que estimulem a participação comunitária, o fortalecimento dos vínculos sociais e a adoção de hábitos saudáveis. Nesse contexto, as práticas corporais configuram-se como importantes ferramentas para a melhoria da qualidade de vida e para o fortalecimento do cuidado em saúde no território. Contudo, a baixa participação da população em ações coletivas e a necessidade de fortalecer a articulação entre os serviços de saúde e a comunidade evidenciam a importância de desenvolver estratégias participativas que promovam o protagonismo comunitário e incentivem hábitos de vida saudáveis. Diante desse contexto, este estudo teve como objetivo relatar a experiência da realização de uma caminhada e corrida comunitária como estratégia de promoção da saúde na APS.

Métodos

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido no contexto da Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva, com participação de residentes das áreas de Educação Física, Enfermagem, Nutrição, Farmácia, Fisioterapia e Biologia. A experiência foi realizada em 03 de maio de 2026, em uma comunidade rural, e consistiu na organização de uma caminhada e corrida comunitária em alusão ao Dia das Mães. O planejamento ocorreu de forma participativa, envolvendo residentes, profissionais da equipe de saúde, lideranças comunitárias e moradores, contemplando a definição do percurso, a mobilização comunitária, a divulgação da atividade por meio das redes sociais e de espaços comunitários, a organização logística e a realização da caminhada e corrida. Concebida como estratégia de promoção da saúde, a ação buscou incentivar a prática de atividade física, valorizar as mulheres do território e fortalecer o sentimento de pertencimento comunitário. A experiência foi acompanhada por meio de observação participante, registros fotográficos e diário de campo.

Resultados / Discussão

A caminhada e corrida comunitária reuniu aproximadamente 90 participantes, entre moradores da comunidade e de localidades vizinhas, evidenciando elevada adesão da população e o potencial de mobilização social da ação. Observou-se intenso engajamento comunitário desde o planejamento até a execução da atividade, com participação ativa de lideranças locais, demonstrando o interesse da população por iniciativas construídas de forma participativa e alinhadas às necessidades do território. A ação favoreceu a aproximação entre a equipe de saúde e a comunidade, ampliando oportunidades de diálogo, escuta e construção compartilhada do cuidado. Além de incentivar a prática de atividades físicas, promoveu momentos de convivência, integração social e valorização das mulheres, fortalecendo o protagonismo comunitário e o sentimento de pertencimento ao território. A experiência evidenciou que práticas corporais desenvolvidas de forma participativa constituem importantes dispositivos de promoção da saúde, fortalecendo a participação social, a corresponsabilização pelo cuidado e a articulação entre comunidade e serviços de saúde na APS.

Considerações Finais

A experiência demonstrou que ações comunitárias participativas constituem uma estratégia efetiva de promoção da saúde na APS. A caminhada e corrida fortaleceram a mobilização comunitária, os vínculos entre população e equipe de saúde e o incentivo a hábitos saudáveis, evidenciando o potencial das práticas territorializadas para qualificar o cuidado e fortalecer a participação social no SUS.

Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 27 jun. 2026. BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica (PNAB). Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html. Acesso em: 27 jun. 2026.