ABC Repórter o diário
Publicado em 14/02/2025 - 10:30

Hipertensos e diabéticos têm atividades de promoção de bem-estar e de qualidade de vida em São Caetano

Maicom

Todas a UBSs mantêm grupos de apoio, oferecendo encontros semanais (Foto: Eric Romero / PMSCS)

“Aqui eu me sinto muito bem, acolhida e cuidada.” A sensação relatada pela psicóloga Gisele Maria Neto, de 39 anos, é compartilhada por centenas de pessoas de São Caetano do Sul que participam dos grupos de apoio formados a partir do Hiperdia, cadastro do SUS (Sistema Único de Saúde) para o acompanhamento de pacientes com hipertensão e/ou diabetes.

Na cidade, todas a UBSs (Unidades Básicas de Saúde) mantêm grupos de apoio, oferecendo encontros semanais que incluem não só consultas e exames, mas também atividades físicas, rodas de conversas e a troca de experiências, fortalecendo o vínculo das equipes com os pacientes.

Gisele começou a participar das atividades recentemente, incentivada pela mãe, Cleonice, que há anos integra o grupo de apoio vinculado à UBS Darcy Vargas, do Bairro Mauá. Uma vez por semana, os pacientes comparecem ao Centro Recreativo e Esportivo Sete de Setembro para aprimorar os cuidados com a saúde e fortalecer os laços sociais.

“Sou hipertensa desde a adolescência. Então receber estes cuidados e interagir com outras pessoas com as mesmas condições me traz muita satisfação. Aqui todos se sentem bem”, complementou Gisele, enquanto aguardava para iniciar uma sessão de auriculoterapia, técnica que estimula pontos específicos da orelha para tratar eventuais problemas físicos e emocionais. “Alivia a ansiedade”, atestou.

Nesta quarta-feira (12/2), o grupo recebeu a visita de uma equipe de reportagem da TV Cultura. A emissora repercutiu estudo da Universidade Federal de Goiás que indica que emoções positivas ajudam no combate à hipertensão, e comprovou essa tese com a turma animada de São Caetano.

“Muitos pacientes moram só. Então, encontrar nossas equipes e realizar atividades coletivas diferenciadas em outro ambiente, mais agradável, como um clube, causa a sensação de bem-estar e o aumento da qualidade de vida que buscamos para todos”, explicou a diretora da Atenção Básica, Simone Sigolo.

São Caetano possui cerca de 7 mil pacientes referenciados no Hiperdia. Além dos grupos de apoio, todos eles são contemplados pelo Remédio em Casa, programa de entrega domiciliar de medicamentos.

PREVENÇÃO DE QUEDAS

Além das atividades do Hiperdia, nesta quarta-feira os pacientes da UBS Darcy Vargas receberam orientações práticas sobre como prevenir quedas no transporte público. Dentro de um ônibus, fisioterapeuta da rede municipal de Saúde deu dicas de segurança, como utilizar as barras de apoio, se certificar de que o ônibus está parado e ter as mãos livres sempre que possível ao descer ou subir do coletivo para manter o equilíbrio.

https://abcreporter.com.br/2025/02/14/hipertensos-e-diabeticos-tem-atividades-de-promocao-de-bem-estar-e-de-qualidade-de-vida-em-sao-caetano/

Veículo: Online -> Site -> Site ABC Repórter - Grande ABC/SP

Seção: São Caetano

Copyright © Clipclap 2026.