



OFÍCIO SEMSA Nº 282/2026




Sorriso - MT, 09 de fevereiro de 2026.

Ao Exmo.
SRA. SILVANA PERIN
Vereadora
Nesta

Resposta à Indicação nº 1219/2025

A indicação versa sobre a necessidade de criação de um grupo terapêutico multidisciplinar para pessoas com dor crônicas, com atuação integrada de fisioterapeutas, psicólogos e enfermeiros, em conformidade com as diretrizes nacionais recentemente aprovadas, no Município de sorriso- MT.

Informamos que já desenvolvemos diversas ações voltadas a esse público, sendo elas já realizadas pela equipe E-MULTI :

  					
ACADEMIA DA SAÚDE - TEL: (66) 3545-8049 (ATUALIZADO DIA 27/01/2026)					
Atividades	Descrição das atividades	Dias da semana	Horário	Local	Profissional responsável
Movimenta-se (Academia ao Ar Livre)	Prática de Exercício Físico nos aparelhos ao Ar Livre, alongamento e Funcional, pacientes DCNT, acima de 15 a 59 Anos.	Segunda, Quarta e Sexta-Feira	07:10 às 08:10	Em frente ao PSF Bela Vista e PSF Jardim Primavera	Victor (Profissional de Ed. Física)
Caminhada Orientada (Saúde em Movimento)	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Quarta e Sexta-Feira	07:15 às 08:15	Pavilhão do Bairro Santa Maria	Katiusca (ACB) e João Ricardo (Profissional de Ed. Física)
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Segunda e Quarta-Feira	7:15 às 8:15	PSF São Domingos (Rua Santa Izabel)	João Ricardo e Junnei (Profissional de Ed. Física)
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Segunda e Quarta-Feira	7:30 às 8:30	Quadra Poliesportiva Domival José Gonçalves Av. Londrina - Bairro Jardim Carolina	Domingas (Fisioterapeuta)
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Segunda e Quarta-Feira	15:00 às 16:00	PSF Benjamin Raiser Rua Bené - 1.600 Centro Sul	Junnei (Profissional de Ed. Física)
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Terça e Quinta-Feira	07:15 às 08:15	PSF Rota do Sol e PSF Santa Clara - Rua Caminho do Sol, nº 1399 - Bairro Rota do Sol	Junnei (Profissional de Ed. Física)
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Terça e Quinta-Feira	07:00 às 08:00	Estádio Municipal Epitácio José Freira	João Ricardo e Victor (Profissional de Ed. Física)



Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Quarta e Sexta-Feira	07:15 às 08:15	Na frente da Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	(Fisioterapeuta) ou (Profissional de Ed. Física) disponível para acompanhar
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Quarta e Sexta-Feira	07:30 às 08:15	PSF Morada do Bosque I Av. Jaime Zanichello, s/n - Morada do Bosque I	(Fisioterapeuta) ou (Profissional de Ed. Física) disponível para acompanhar
Caminhada Orientada	Prática de caminhada e exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade acima de 10 anos.	Terça e Quinta-Feira	07:30 às 08:30	Barracão Multuso Bairro Mário Rater Rua 10 de Dezembro - 022	Domingas (Fisioterapeuta)
Projeto Bem-Estar	Prática de exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento). Pessoas com DCNT com idade entre 15 e 59 anos.	Terça e Quinta-Feira	07:40 às 08:15	Gratidão de esportes Flor do Cerrado (na frente do PSF Ed Itaitá)	João Ricardo e Victor (Profissional de Ed. Física)
Projeto Viva Mais Saudável	Prática de exercícios funcionais (ginástica, exercícios aeróbicos e alongamento), pessoas com DCNT com idade entre 15 e 59 anos.	Terça e Quinta-Feira	15:30 às 16:30	Marco Zero Área Verde	Victor (Profissional de Ed. Física)
Condicionamento Físico (foco no condicionamento cardiorrespiratório e emagrecimento)	Prática de exercícios físicos (ginástica, exercícios aeróbicos e localizados). Pessoas com DCNT com idade acima de 14 anos.	Terça e Quinta-Feira	15:30 às 16:30	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Jucinei (Profissional de Ed. Física)

IDOSOS (Exercícios de Habilidades Funcionais)	Homens e mulheres acima de 60 anos. Exercícios físicos baseados na avaliação IVCF-20 com objetivo de melhora da capacidade funcional (mobilidade, força muscular, propriocepção, coordenação motora, equilíbrio).	Segunda e Quarta-Feira	15:30 às 16:30	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Domingas (Fisioterapeuta)
IDOSOS (Exercícios de Habilidades Funcionais)	Homens e mulheres acima de 60 anos. Exercícios físicos baseados na avaliação IVCF-20 com objetivo de melhora da capacidade funcional (mobilidade, força muscular, propriocepção, coordenação motora, equilíbrio).	Terça e Quinta-Feira	9:00 às 10:00	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Domingas (Fisioterapeuta)
ISOSTRETCHING	É uma técnica de reeducação postural que combina alongamento com contrações isométricas, focando no fortalecimento dos músculos profundos e na correção da postura através de posturas estáticas mantidas com respiração sincronizada e controlada visando aliviar dores, melhorar flexibilidade e promover o alinhamento corporal. Público alvo: Adolescentes e adultos jovens com alterações posturais	Terça e Quinta-Feira	7:15 às 8:15	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Vendian (Fisioterapeuta)
ALÍVIO EM MOVIMENTO (Pacientes com Chikungunya)	Homens e mulheres com diagnóstico de CHIKUNGUNYA na faixa etária de 18 a 70 anos. (Exercícios terapêuticos de alongamento e relaxamento).	Segunda e Quarta-Feira	9:00 às 10:00	Academia Aqua Fit Banco Rua das Gracielas 1274 - Residencial Alphonse	Domingas (Fisioterapeuta) Victor (Profissional de Ed. Física)
PILATES	Prática do Pilates Solo para pacientes DCNT de 12 a 59 anos.	Segunda e Quarta-Feira	9:00 às 10:00	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Vendian (Fisioterapeuta)
PILATES	Prática do Pilates Solo para pacientes DCNT de 15 a 59 anos.	Segunda e Quarta-Feira	13:30 às 14:30	Academia da Saúde Rua Itai, 900 - Bairro Industrial 2	Victor (Profissional de Ed. Física)

Além das ações já desenvolvidas, encontra-se em fase de implantação o Projeto de Ventosaterapia e Auriculoterapia, com previsão de início no primeiro semestre do ano vigente. A iniciativa está alinhada aos princípios da Atenção Primária à Saúde (APS), que preconiza o cuidado integral, humanizado e centrado no usuário, considerando os aspectos biológicos, físicos, emocionais e sociais do processo saúde-doença, em consonância com as diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS).



A ventosaterapia, reconhecida como Prática Integrativa e Complementar em Saúde (PICS) pelo SUS, apresenta benefícios como redução da dor e das tensões musculares, melhora da circulação sanguínea e linfática, alívio do estresse e promoção do bem-estar. A auriculoterapia, técnica da acupuntura que utiliza estímulos no pavilhão auricular, contribui para o tratamento de condições físicas e emocionais, auxiliando na redução da dor, estresse, ansiedade, melhora do sono, apoio no controle de dependências e no controle de peso.

A aplicação dessas práticas, tanto aos usuários quanto aos colaboradores, fortalece a saúde ocupacional, promove o autocuidado, valoriza os profissionais de saúde e contribui para a melhoria da qualidade de vida no ambiente de trabalho.

O projeto tem como objetivo geral promover a saúde e o bem-estar por meio da ventosaterapia e da auriculoterapia, e como objetivos específicos oferecer sessões terapêuticas para alívio de sinais e sintomas, favorecer momentos de autocuidado, reduzir estresse e fadiga entre os colaboradores e fortalecer vínculos e motivação da equipe.

Por fim, considerando a importância do cuidado contínuo e integral da população, será avaliada a viabilidade de aprimoramento dos projetos existentes e implantação de novas ações, com vistas à organização, qualificação e fortalecimento das práticas já desenvolvidas na rede de atenção à saúde.

Sem mais, colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimentos adicionais.

MICHELE BENACHIO
Coordenadora da Atenção Primária
Sorriso - MT

VANIO DE JESUS JORDANI
Secretário Municipal de Saúde
Sorriso - MT