

Título: Grupo de Relaxamento em pessoas com LVM: contributo para a melhoria do desempenho ocupacional.

Nome dos autores: Morais, E. (Terapeuta Ocupacional)
Anjos, M.J. (Fisioterapeuta)

Morada: Centro de Medicina e Reabilitação do Alcoitão,
Av. Conde Barão
2649-506 Alcabideche

Tipo de Apresentação: Poster

Tipo de trabalho: descrição de experiências

Abstract:

As pessoas que sofrem uma lesão vertebro-medular, são confrontadas com alterações do seu desempenho ocupacional e das suas rotinas. Muitas vivenciam situações de privação ocupacional, falta de controlo sobre o seu próprio corpo e sobre o ambiente, principalmente quando estão em instituições hospitalares. Estes factores, isolados ou combinados entre si, contribuem para um aumento de stress emocional e físico, o que condiciona negativamente o estado de saúde.

Pretende-se partilhar a nossa experiência adquirida (durante um ano) na realização de um projecto destinado a pessoas com lesão vertebro-medular: o Grupo de Relaxamento Interdisciplinar (GRI). O GRI está vocacionado para esta população em fase de reabilitação activa. O GRI realiza-se uma vez por semana, durante oito sessões. Trata-se de um grupo fechado de sete elementos e a participação é voluntária.

A orientação do GRI é feita por Terapeuta Ocupacional e um Fisioterapeuta, em simultâneo. Aplica-se um protocolo de sensibilização à importância do relaxamento, com diversas técnicas.

No final de cada grupo foi avaliado o grau de satisfação dos utentes, tendo o resultado sido muito positivo.

Para a elaboração deste poster, em forma de cartaz, pretende-se utilizar algumas fotografias, gráficos e um folheto de divulgação (que é habitualmente distribuído aos utentes).