



HOSPITAL

Mahatma Gandhi

*Uma nova vida é possível!*

# **RELATÓRIO MENSAL – PROJETO 60+ (MARÇO/2025)**

**MARÇO**

**2025**

# Sumário

1. PROJETO 60+.....	3
2. EVENTOS COMEMORATIVOS .....	6
ANEXO.....	8

# 1. PROJETO 60+

O Projeto 60+ - Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável visa fortalecer o acompanhamento de idosos, especialmente aqueles com hipertensão e diabetes, pelas equipes de Atenção Primária à Saúde e equipe multiprofissional em Catanduva, por meio de atividades de estimulação cognitiva, autocuidado e exercícios físicos.

Tem como objetivo:

- Desenvolver um programa de promoção à saúde para grupos de pessoas idosas acompanhadas pela Atenção Primária à Saúde (APS);
- Promover atividades de promoção à saúde junto a equipe multidisciplinar dentro da APS e assim, fortalecer o vínculo entre paciente e equipe;
- Realizar oficinas educativas para fomentar a integração entre as pessoas idosas, esclarecer dúvidas e ampliar o conhecimento dos participantes sobre vida ativa e saudável,
- Conscientizar a população participante acerca dos programas e serviços oferecidos pela rede de atenção na cidade de Catanduva/SP;

Os critérios de inclusão para o grupo são pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, sem limitação física que impeça a pessoa idosa de locomover-se até a unidade de saúde, que façam parte da população adscrita dos Distritos Sanitários, com boa capacidade de comunicação verbal e auditiva.

As atividades estão divididas nos cinco distritos da seguinte forma.

**Quadro 1.** Cronograma de dia, local e horário das atividades por Distrito. Catanduva, SP, 2025.

<b>DIA DA SEMANA</b>	<b>LOCAL</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DISTRITO</b>
Segunda-Feira	<b>Centro Comunitário - Euclides</b>	8:30	<b>DISTRITO I</b> USF Bom Pastor USF Euclides USF Pachá USF Solo
			<b>DISTRITO IV</b> UBS Central USF Del Rey

Terça-Feira	<b>Salão – Igreja Santo Antônio</b>	8:30	USF Gavioli USF Santo Antônio USF Theodoro
Quarta-Feira	<b>Praça Brasília - Lunardelli</b>	8:30	DISTRITO III UBS Glória USF Lunardelli USF Nosso Teto UBS Salles UBS Vertoni
Quinta-Feira	<b>Academia da Saúde - Alpino</b>	9:30	DISTRITO II USF Alpino USF Monte Líbano USF Pedro Nechar USF Santa Rosa UBS Soto
Sexta-Feira	<b>Academia da Saúde - Gaviolli</b>	8:30	DISTRITO V USF Flamingo USF Gabriel Hernandez USF Imperial USF Nova Catanduva

**Fonte:** Os autores.

A tabela 1 mostra a descrição detalhada do cronograma de atividade previsto para o mês de março:

**Tabela 1.** Cronograma de execução do Projeto 60+ em Catanduva-SP, no mês de março de 2025.

DATA	HORA	DISTRITO	TEMA	PROFISSIONAIS	NÚMERO DE PARTICIPANTES
03/03/2025	08:30	I	<b>SUSPENSO - CARNAVAL</b>		
04/03/2025	08:30	IV	<b>SUSPENSO – CARNAVAL</b>		
05/03/2025	08:30	III	<b>SUSPENSO – CARNAVAL</b>		
06/03/2025	09:30	II	Dia das Mulheres	Gerontóloga	7
07/03/2025	08:30	V	Dia das Mulheres	Academia da Saúde Gaviolli + Gerontóloga	4
10/03/2025	08:30	I	Treino Funcional	Educadora Física	4
11/03/2025	08:30	IV	Treino Funcional	Educador Físico	4
12/03/2025	08:30	III	Treino Funcional	Educadora Física	18
13/03/2025	09:30	II	Alongamento	Fisioterapeuta	10
14/03/2025	08:30	V	Treino Funcional	Educador Físico	<b>CANCELADA*</b>
17/03/2025	08:30	I	Alongamento	Fisioterapeuta	4
18/03/2025	08:30	IV	Alongamento	Fisioterapeuta	11
19/03/2025	08:30	III	Alongamento	Fisioterapeuta	23
20/03/2025	09:30	II	Alimentação e Saúde Renal	Nutricionista	5
21/03/2025	08:30	V	Alimentação e Saúde Renal	Nutricionista	1
24/03/2025	08:30	I	Musicoterapia	Musicoterapeuta	2
25/03/2025	08:30	IV	Alimentação e Saúde Renal	Nutricionista	6
26/03/2025	08:30	III	Alimentação e Saúde Renal	Nutricionista	15
27/03/2025	09:30	II	Auriculoterapia	Psicóloga	13
28/03/2025	08:30	V	Auriculoterapia	Fisioterapeuta	0

31/03/2025	08:30	I	Alimentação e Saúde Renal	Nutricionista	3
------------	-------	---	---------------------------	---------------	---

**\*CANCELADA:** Participante E.S.C teve período de hipotensão com queda da própria altura na atividade anterior, sendo necessário atendimento médico.

## 2. EVENTOS COMEMORATIVOS

O Dia Internacional da Mulher, celebrado anualmente a 8 de março, é uma data de grande significado que homenageia a luta histórica das mulheres por direitos iguais, respeito e reconhecimento na sociedade. Esta data teve origem no início do século XX, num contexto de reivindicações por melhores condições de trabalho, direito ao voto e igualdade de gênero.

A importância do Dia da Mulher vai muito além das homenagens e celebrações. Ele representa um momento de reflexão sobre os avanços conquistados e os desafios que ainda persistem. Apesar das melhorias significativas em diversas áreas, muitas mulheres continuam a enfrentar desigualdades salariais, violência de gênero, discriminação no ambiente de trabalho e barreiras ao acesso à educação e cargos de liderança.

A celebração desta data também destaca a necessidade de políticas públicas e iniciativas sociais que promovam a equidade e o empoderamento feminino. Empresas, governos e organizações ao redor do mundo são incentivados a criar ambientes mais inclusivos, assegurando que todas as mulheres tenham oportunidades justas e dignas.

Além disso, o Dia da Mulher é uma oportunidade para reconhecer e valorizar as conquistas de grandes figuras femininas na história e na atualidade, que contribuíram para o progresso da sociedade em diversas áreas como ciência, política, arte e direitos humanos.

Mais do que um simples dia no calendário, o 8 de março deve servir como um lembrete da importância contínua da luta pela igualdade de gênero. A construção de um mundo mais justo e equilibrado depende do respeito e da valorização das mulheres em todas as esferas da vida. Que esta data inspire mudanças reais e motive a sociedade a continuar avançando rumo a um futuro mais igualitário para todos.

No Distrito II foi realizada atividade de conscientização da data, percepção da autoestima e dinâmica do espelho. A dinâmica do espelho tem como objetivo estimular o autoconhecimento e a autoestima. Os participantes foram colocados em roda, escondido um espelho em uma caixa e cada participante devia reconhecer qualidades na imagem vista.

No Distrito V, junto à Academia da Saúde e Unidade de Saúde da Família (USF) Dr José Rocha – a atividade consistiu em: aula de dança de salão (dançarino e educador físico), palestra e dinâmica do espelho (gerontóloga), bingo (educador físico e dançarino) e atividade de musicoterapia (musicoterapeuta). Ao final, foi celebrado o dia com um café da manhã especial, na USF. Ao todo, mais de 20 mulheres idosas participaram.



**Figura 1.** Atividade de Dia das Mulheres no Distrito V no dia 7 de março de 2025. Academia da Saúde - Gavioli, Gavioli.

## ANEXO

Foto das atividades realizadas.



**Figura 2.** Atividade de Dança com o dançarino Ralf Aguiar e educador físico Guilherme Pedrosa no evento Dia das Mulheres dia 07 de março de 2025 no Distrito V. Academia da Saúde – Gavioli.



**Figura 3.** Atividade de Treino Funcional com a educadora física Elaine Padua no dia 10 de março de 2025 no Distrito I. Centro Comunitário – Conj. Euclides.



**Figura 4.** Atividade de Treino Funcional com o educador físico Guilherme Pedrosa no dia 11 de março de 2025 no Distrito IV. Salão Pq. Santo Antônio – Santo Antônio.



**Figura 5.** Atividade de Treino Funcional com a educadora física Elaine Padua no dia 12 de março de 2025 no Distrito III. Praça Brasília, Lunardelli.



**Figura 6.** Atividade de Alongamento com a fisioterapeuta Adriana Britto no dia 13 de março de 2025 no Distrito IV. Academia da Saúde - Alpino.



**Figura 7.** Atividade de Alongamento com os fisioterapeutas Talita Costa e Vinicius de Souza no dia 17 de março de 2025 no Distrito I. Centro Comunitário – Conj. Euclides.



**Figura 8.** Atividade de Alongamento com a fisioterapeuta Isabella Rubiano no dia 18 de março de 2025 no Distrito IV. Salão Pq. Santo Antônio – Santo Antônio.



**Figura 9.** Atividade de Alongamento com a fisioterapeuta Raíssa Anselmo no dia 19 de março de 2025 no Distrito III. Praça Brasília, Lunardelli.



**Figura 10.** Atividade de Musicoterapia com a musicoterapeuta Priscila Martineli no dia 24 de março de 2025 no Distrito I. Centro Comunitário – Conj. Euclides.



**Figura 11.** Atividade de Alimentação Saudável com a nutricionista Manuela Boragina no dia 25 de março de 2025 no Distrito IV. Salão Pq. Santo Antônio – Santo Antônio.



**Figura 12.** Atividade de Auriculoterapia com as psicólogas Aline Brino e Jessica Crespe no dia 27 de março de 2025 no Distrito IV. Academia da Saúde - Alpino.



**Figura 13.** Atividade de Alimentação Saudável com a nutricionista Aina Gussoni no dia 31 de março de 2025 no Distrito I. Centro Comunitário – Conj. Euclides.