

FORRÓ: UMA FERRAMENTA PARA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Rogério Donizeti Reis
Vanderléa Aparecida Silva Gonzaga

Faculdade de Medicina de Itajubá - FMIT - MG

Área: Ciências da saúde

Introdução: As práticas integrativas e complementares (PICS) são recursos terapêuticos que visam a melhoria da qualidade de vida, interação do ser humano com o meio social e buscam principalmente a prevenção de doenças e a promoção da saúde. Nesse sentido, a biodança (forró) como uma modalidade da PICS foi escolhida com intuito de oferecer a promoção de lazer na comunidade. **Objetivo:** Proporcionar um momento de lazer e interação social para a melhoria da qualidade de vida da população por meio do projeto ForRosa. **Metodologia:** Inicialmente, foi realizada a divulgação do projeto no dia 20 de março de 2023 com a distribuição de panfletos pela área de abrangência da Estratégia Saúde da Família (ESF). Posteriormente, no dia 23 de março às 18h, no ginásio Poliesportivo do território, foi aplicado o Projeto ForRosa. O evento consistiu em uma aula de forró, como uma biodança, com duração de 90 minutos e proporcionou um momento de lazer ao público. Nesse evento, tivemos a participação dos moradores da comunidade, dos estudantes da Faculdade de Medicina e de dois professores de forró de uma Faculdade Federal do município. **Resultados:** visto que a área de abrangência da ESF é carente de atividades de lazer, conforme diagnóstico situacional, como já esperado, houve ótima participação da população local. Das 18 pessoas que compareceram, o perfil era, majoritariamente, feminino com idade média de 41 anos. Além disso, a aplicação do formulário de feedback ao final mostrou que 100% dos participantes recomendariam o evento para amigos e familiares e gostariam que a aula se repetisse. O grau de satisfação obtido foi em torno de 9,37 e o ponto mais sugerido para melhoria foi o aumento da divulgação. Nesse sentido, o projeto repercutiu positivamente na vida dos participantes, ao proporcionar um momento de lazer, de descontração e de aprendizado por meio da dança. Quanto aos acadêmicos idealizadores, eles relataram a importância do projeto para sua vida profissional e pessoal. **Considerações Finais:** considerando a satisfação, a alegria e a aprovação dos participantes, a biodança (forró), se mostrou uma importante ferramenta de prevenção de doença e promoção da saúde, tendo em vista, o conceito ampliado de saúde.

Palavras-chave: Terapia complementares. Qualidade de vida. Medicina. Saúde.