

9/11/2025

A Unidade Básica de Saúde 6 de Taguatinga (UBS 6), localizada em Taguatinga, promove o projeto PIS Vida Saudável, iniciativa que reúne idosos para práticas de cuidado integral, saúde preventiva e convivência social. O programa, em atuação desde 2013, faz parte das Práticas Integrativas em Saúde (PIS) para oferecer aos participantes atividades como automassagem, alongamento, dança, e passeios culturais pelo Distrito Federal. Recentemente, o grupo visitou o Parque da Água Mineral, onde caminhou pela natureza e teve acesso a momentos de lazer, como o banho de piscina. Também está planejado um passeio ao Catetinho (a primeira residência oficial do então presidente Juscelino Kubitschek) em um momento de troca entre os participantes. Segundo a enfermeira coordenadora da iniciativa, Margareth Diniz, houve relatos de aumento na satisfação dos usuários e melhora nos quadros de dor. A médica de família da UBS, Sara Viana, destaca que, nos últimos dois anos, o projeto passou a contar com equipe de

fisioterapia, ampliando o foco para a reabilitação dos idosos e fortalecendo a dimensão da ação social, cognitiva e preventiva. O PIS Vida Saudável não se limita ao ambiente da unidade de saúde. Além dos encontros e sessões físicas, o projeto estimula a interação entre pessoas de diferentes idades, combate ao isolamento, à ansiedade e à depressão, e oferece suporte à saúde global dos participantes.
Foto: UBS 6 de Taguatinga/SES-DF