



RELATO DE EXPERIÊNCIA DA QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: PROMOÇÃO DA SAÚDE EM UMA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA

José Ronivon Fonseca, Patrick Leonardo Nogueira da Silva, Cássia Gonçalves Queiroz, Isabela Batista Vieira, Yala Ferreira Andrade, Ronilson Ferreira Freitas, Josiane Santos Brant Rocha

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo universal percebido por uma redução das atividades funcionais e que possui algumas tendências em relação as enfermidades que levam, continuamente, a construção de políticas públicas para o idoso no âmbito nacional e internacional [1]. Ainda segundo o autor anteriormente citado, o idoso tem direito a saúde de forma integral, quanto maior for o acesso aos bens e serviços da sociedade maior será a qualidade de vida no processo do envelhecimento.

Na Atenção Básica espera-se propor à pessoa idosa e à sua rede de suporte social, incluindo familiares e cuidadores (quando existente), uma atenção humanizada e holística com orientação, acompanhamento e apoio domiciliar, respeitando às culturas locais, às diversidades do envelhecer e à diminuição das barreiras arquitetônicas de forma a facilitar o acesso em todos os ambientes [2].

Sendo assim, este estudo objetivou identificar a qualidade de vida na terceira idade com a realização de uma promoção em saúde em uma Estratégia Saúde da Família por meio de um relato de experiência.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, exploratório, com suporte em um relato de experiência realizado por meio de uma promoção em saúde no salão comunitário adjunto à Estratégia Saúde da Família Nova Esperança, no dia 29 de março de 2014. O mesmo compreendeu uma amostra de 80 participantes, tendo estes idade superior a 60 anos. Esta ação diz respeito a atividades acadêmicas desenvolvidas por estudantes do 5º período de Enfermagem do turno noturno das Faculdades Unidas do Norte de Minas (FUNORTE). Durante a ação foi disponibilizado a aferição da pressão arterial (PA) e teste de glicemia capilar. Logo após a execução das atividades foi disponibilizado um café da manhã aos idosos.

RESULTADOS

Durante a promoção em saúde realizada no salão comunitário obteve-se a participação ativa dos idosos cadastrados na Unidade de Saúde. Esta ação contou também com a participação da equipe multiprofissional de forma a desenvolver dinâmicas interativas a fim de capacitar os idosos com relação a qualidade de vida na terceira idade. Foi ministrado pelos acadêmicos, bem como pela médica geriatra informações pertinentes às consequências da elevação da pressão arterial, glicemia de jejum e pós-prandial, doa hábitos alimentares e a importância da práticas de atividades físicas nesta fase do ciclo da vida.

Dentre as dinâmicas ofertadas aos participantes, foi disponibilizado recursos visuais auto-ilustrativos, tal como panfletos, folders e slides de forma a facilitar o entendimento do público alvo e garantir uma melhor qualidade de vida da população.

DISCUSSÃO

O aprendizado dos assuntos relacionados à saúde levou benefícios pessoais aos idosos, para que cada um tenha a possibilidade de cuidar de si e repensar as suas atividades da vida diária de acordo com os conhecimentos adquiridos nas discussões em grupo, já que muitas vezes no decorrer de sua vida surgem patologias que possam interferir na vida social da pessoa [3]. Para os acadêmicos é uma forma de realizar a educação em saúde, promovendo a saúde e prevenindo possíveis doenças.

A participação em atividades grupais possibilitou aos idosos resgatar valores e sentimentos que, frequentemente, nessa fase da vida são esquecidos, como a manutenção de vínculos afetivos entre eles e entre os acadêmicos envolvidos no projeto, melhoria na motivação cotidiana, da autoestima e das condições de saúde. Esses aspectos são relevantes quando se trata da qualidade de vida global no envelhecimento [4].

Em uma pesquisa realizada em Ribeirão Preto/SP, os grupos de promoção de saúde são evidenciados como fortes auxiliares na formação de uma rede de apoio social, na melhoria de qualidade de vida e na integração da



comunidade com os serviços de saúde, principalmente aqueles orientados pela ESF, cuja atuação visa à promoção da saúde e da qualidade de vida, através da atenção integral, equitativa e resolutiva de acordo com os princípios do SUS [5].

No Brasil não existem instrumentos para aferir o envolvimento de idosos em atividades ou eventos que geram sentimentos positivos. Diante do aumento da população idosa brasileira, torna-se cada vez mais clara a importância de buscar alternativas para permitir um envelhecimento o mais saudável e bem-sucedido possível [6]. Pesquisas sobre condições que permitem uma qualidade de vida satisfatória para idosos e que consideram diferentes trajetórias do processo de envelhecimento estão contribuindo para identificar possíveis maneiras de prevenir e tratar alguns problemas de saúde física ou mental, como por exemplo, a depressão, nesta população [7,8,9,10,11,12]. Um fator que vem ganhando destaque em relação à questão do envelhecimento bem-sucedido é o envolvimento de idosos em atividades que geram sentimentos positivos para os mesmos [6].

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluimos que o tema abordado na ação executada na ESF Nova Esperança contribuiu positivamente para o envelhecimento ativo e saudável dos idosos presentes, além de deixar nítido a gratificação e satisfação dos idosos em receber informações que os auxiliarão em um estilo de vida mais saudável.

AGRADECIMENTOS

Programa de Integração: Serviço, Ensino e Pesquisa (PISEC) das Faculdades Unidas do Norte de Minas (FUNORTE).

REFERÊNCIAS

- [1] CAMACHO, A. C. L. F.; COELHO, M. J. Políticas públicas para a saúde do idoso: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Enfermagem**. Brasília/DF, v. 63, n. 2, p. 279-284, 2010.
- [2] BRASIL. MINISTERIO DA SAUDE. **Caderno de atenção básica nº 19**. Brasília/DF, 2006.
- [3] BASSOLI, S.; PORTELLA, M. R. Estratégias de atenção ao idoso: avaliação das oficinas de saúde desenvolvidas em grupos de terceira idade no município de Passo Fundo – RS. **Estudos Interdisciplinar sobre o Envelhecimento**. Porto Alegre/RS, v. 6, p. 111-122, 2004.
- [4] BITTAR, C.; LIMA, L. C. V. O impacto das atividades em grupo como estratégia de promoção da saúde na senescência. **Revista Kairós Gerontologia**. São Paulo/SP, v. 14, n. 4, p. 101-118, 2011.
- [5] TAHAN, J.; CARVALHO, A. C. D. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde e Sociedade**. São Paulo/SP, v. 19, n. 4, p. 878-888, 2010.
- [6] FERREIRA, H. G.; BARHAM, E. J. O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: revisão da literatura sobre instrumentos de aferição. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro/RJ, v. 14, n. 3, p. 579-590, 2011.
- [7] MEEKS, S. et al. Activity participation and affect among nursing home residents: support for a behavioural model of depression. **Aging & Mental Health**. v. 11, n. 6, p. 751-760, 2007.
- [8] MEEKS, S. et al. Be activ: a Staff-Assisted Behavioral Intervention for depression in nursing Homes. **The Gerontologist**. v. 48, n. 1, p. 105-114, 2008.
- [9] Searson R, et al. Activities enjoyed by patients with dementia together with their spouses and psychological morbidity in carers. **Aging & Mental Health** 2008;12(2):276-282.
- [10] ALMEIDA, M. M. G. et al. Atividades de lazer entre idosos, Feira de Santana, Bahia. **Revista Baiana de Saúde Pública**. Salvador/BA, v. 29, n. 2, p. 339-352, 2005.
- [11] LIMA, A. M. M. et al. Envelhecimento bem-sucedido: caminhos para um construto e novas fronteiras. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**. Botucatu/SP, v. 12, n. 27, p. 795-807, 2008.
- [12] JENKINS, K. R. et al. Activity and health: related quality of life in continuing care retirement communities. **Research on Aging**. v. 24, n. 1, p. 124-149, 2002.