



12ª MOSTRA DE PROJETOS DE EXTENSÃO

PROJETO PROMOVENDO SAÚDE: BEM-ESTAR NA MELHOR IDADE

RENATA UMPIERRES CORRÊA
ANA CÁTIA MORAES
KARINA ANTECHER
CARMEN HELENA JARDIM VAZ

INTRODUÇÃO: O crescimento acelerado da população com idade a partir de 60 anos tem se mostrado significativo. No Brasil, atualmente são cerca de 20 milhões de idosos, sendo que é previsto que esse número chegue a margem de 30 milhões em duas décadas (IBGE, 2009; 2010). Para que o idoso tenha uma vida ativa, é necessário desenvolver ações de promoção, prevenção e recuperação da saúde (BRASIL, 1996). Nesse sentido, a prática da educação em saúde para promover a saúde dos idosos deve atentar para o aumento da autoestima e autopercepção para que haja o equilíbrio social, psicológico e emocional, enfatizando ações em grupo, a vista que tende a manter vínculo entre o enfermeiro e o idoso, auxiliando na identificação daquilo que interfere em sua autonomia (MALLMANN et al, 2015).

JUSTIFICATIVA: Visto que essa faixa etária cresce significativamente, é importante realçar medidas que auxiliam na qualidade de vida da população. Através da análise da literatura foi constatada a importância da educação na promoção da saúde para os idosos, corroborando para a elaboração do projeto. **OBJETIVOS:** Proporcionar aos usuários do Centro do Idoso, informações sobre temas relacionados à saúde do idoso e esclarecer os cuidados necessários para uma melhor qualidade de vida.

METODOLOGIA: O projeto iniciou no mês de março de 2017 com previsão de término em novembro de 2017, o qual acontece nas sextas-feiras no turno da tarde no Centro de Idoso, localizado no município de Bagé/RS. O público-alvo são os idosos que frequentam o centro de referência, sendo os mesmos com idade a partir de 60 anos. Durante sua realização, foi adaptado ao local pois teve alteração da disponibilidade de sala. Manteve-se inicialmente uma palestra por mês e nos demais dias ocorrem a verificação de pressão arterial e orientações. Dessa forma, o projeto

abrange um público de aproximadamente 30 pessoas por dia, não sendo um número fixo pois não trata-se de um grupo fechado, ou seja, depende do fluxo dos frequentadores. Os idosos foram convidados a comparecer no Centro do Idoso no dia previsto para o evento, onde foram recepcionados até o Salão Principal no qual foi disponibilizado atendimento individual ao público. A abertura deu início com uma palestra com profissional convidado e acadêmicos de enfermagem. Após essa programação, informações e serviços foram dados pelos profissionais e estagiários da enfermagem. Houve distribuição de material informativo e orientações. No encerramento foi oferecido coffee break. As ações desenvolvidas foram associadas ao tema das palestras, como a disponibilização de testes rápidos de sífilis e hepatite, verificação de pressão arterial, uso de vídeos educativos e montagem de circuitos de obstáculos associados a queda. **RESULTADOS PARCIAIS:** Durante o desenvolver do projeto foi possível verificar que os idosos se mostravam participativos, questionavam durante a abordagem dos assuntos e mencionavam a importância e relevância dos temas propostos. Presenciou-se relatos de convivência com diversas patologias, predominando os idosos hipertensos. Os relatos de introdução de hábitos saudáveis, como a receita do sal de ervas e modificação dos fatores de quedas, demonstraram um resultado positivo às ações. Além disso, a maior procura pela aferição da pressão arterial proporcionou o controle dos parâmetros, o que resultou na mudança das dosagens do uso dos medicamentos, pois foi avaliado que os mesmos não estavam sendo efetivos para as necessidades dos idosos. No entanto, algumas barreiras foram constatadas, o que fez com que algumas metas não fossem atingidas, entre elas podemos citar a troca por uma sala menor, horário impróprio, além de não haver constância dos mesmos participantes. **CONCLUSÃO:** Após a análise dos resultados, concluiu-se que os idosos foram incentivados a mudança de hábitos, trazendo aos mesmos a reflexão sobre a necessidade de maiores cuidados com a saúde. As informações propagadas por meio de palestras mostraram-se eficazes pois houve abertura para discussão e relatos de experiências.

REFERÊNCIAS: BRASIL. Ministério da Previdência e Assistência Social. Plano de ação integrada para o desenvolvimento da política nacional do idoso. Brasília, 1996.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pirâmide etária: Distribuição da população por sexo, segundo os grupos de idade. Brasil: 2010. Disponível em: <http://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/webservice/frm_piramide.php> . Acesso em: 06 abril 2016.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Síntese de Indicadores Sociais Uma Análise das Condições de Vida da População Brasileira. Rio de Janeiro; 2009.

MALLMANN et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. Ciência e Saúde Coletiva. Brasil: 2015. Disponível em:

<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63038653012>>. Acesso em: 06 abril 2016.

PALAVRAS-CHAVES: Envelhecimento, promoção de saúde, idoso.