

ENVELHECIMENTO FEMININO: TROCANDO EXPERIÊNCIAS EM UM GRUPO DE IDOSAS

LAIS VASCONCELOS SANTOS ¹

JÉSSICA OLIVEIRA RODRIGUES ²

GRAZIELA BRITO NEVES ZBORALSKI HAMAD ³

RESUMO

O envelhecimento é um processo natural inerente a todos os seres humanos, no qual há uma diminuição lenta e progressiva da reserva funcional dos indivíduos. Dentro desta visão, a Estratégia Saúde da Família trabalha com uma perspectiva de atenção integral à saúde com foco na promoção, prevenção e recuperação da mesma e tem como uma das linhas de ação a atenção à saúde em grupos, contribuindo para o envelhecimento ativo por preservar as capacidades do idoso e seu desenvolvimento. O objetivo deste trabalho é descrever a dinâmica de educação popular em saúde, com base nas interações realizadas com o grupo de idosos da Unidade Básica Saúde da Família Maria Inácia Leal, no município de Lagoa Seca-PB. O grupo acontece todas as quintas-feiras e as atividades desenvolvidas são acompanhadas por uma equipe multidisciplinar que pautam suas práticas no princípio do “lazer e saber”. No dia 11 de abril de 2013, discentes do curso de Enfermagem, integrantes do PRÓ-SAÚDE/PET-SAÚDE¹ acompanhadas pela preceptora enfermeira realizaram uma atividade educativa com 20 idosas, abordando a temática de envelhecimento feminino. Iniciou-se a dinâmica falando sobre o envelhecer, onde foi questionado o que elas achavam de ser mulher idosa e como era participar de práticas em grupo. Em relação ao grupo, observou-se que elas expressaram comentários sobre a ótima experiência de participar dessa forma nas ações de saúde, pois esta é uma das maneiras delas interagirem, conversarem, de terem pessoas que as escutam e lhes dão atenção. Em relação ao primeiro questionamento, houve uma menor participação, mas foi possível identificar a auto estima da maioria, pois relataram o envelhecimento de uma forma positiva, descrevendo que são capazes de realizar com independência as atividades da vida diária, viagens e cuidados com a saúde. No entanto, houve duas falas de insatisfação com as doenças e incapacidades adquiridas com o envelhecimento e que era extremamente difícil aceitar quando estas chegavam. No segundo momento da atividade, abordou-se o climatério, menopausa, as mudanças corporais e como envelhecer tendo qualidade de vida. Surgiram vários questionamentos sobre o que era o processo fisiológico do envelhecimento e o que deveria causar preocupação por já indicar um processo patológico; relataram intensamente as mudanças que ocorreram em cada uma e

quanto a qualidade de vida houveram muitas dúvidas sobre alimentação saudável. Em consultas individuais, o processo de educação em saúde e o oferecimento de orientações são insatisfatórios quando comparadas às reuniões em grupos, pois estes são espaços para troca de informações e estímulos sociais. O uso da educação popular em saúde propicia o diálogo e a participação dos indivíduos unindo o saber popular e científico, fortalece o convívio do grupo e o vínculo usuário/profissional como também contribui para uma percepção ampliada do processo saúde doença que adota uma visão além do ser biológico integrando o humanístico e social.

Palavras-chave: Envelhecimento feminino, Grupo de idosos, Educação popular em saúde.

¹ UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE-UFCG, lais_lvs@hotmail.com;

² UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, jessicar.o@hotmail.com;

³ UEPB, graziela.zboralski@bol.co;