

AÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: PROMOVEDO A QUALIDADE DE VIDA À PESSOA IDOSA

Igor Michel Ramos dos Santos; Nataly Mayara Cavalcante Gomes; Marianny Medeiros de Moraes; Paula Mariana Fragoso Torres; Danielly Santos dos Anjos Cardoso.

Universidade Federal de Alagoas, iigor_ramos@hotmail.com; Universidade Federal de Alagoas, natallymayara@hotmail.com; Universidade Federal de Alagoas, marianny.medeiros.moraes@gmail.com; Universidade Federal de Alagoas, maarianat@hotmail.com; Universidade Federal de Alagoas e Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, dananjos@yahoo.com.br.

1- INTRODUÇÃO

A Estratégia de Saúde da Família (ESF) possibilita o vínculo entre os profissionais e a população adscrita, permitindo a proximidade ao território e o reconhecimento das fragilidades do usuário no processo saúde e doença, promovendo intervenções que contribua para a qualidade de vida. Dessa forma, através dos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), Universalidade, Integralidade e Equidade as equipes multiprofissionais da ESF tem realizado os cuidados primários aos usuários, buscando a promoção da saúde através da educação em saúde, assistência domiciliar e consultas diárias para tratamento da hipertensão, diabetes, hanseníase, tuberculose e de doenças sexualmente transmissíveis. ¹

A Portaria nº 2.436, de 21 de Setembro de 2017 aprova a revisão de diretrizes na Política Nacional de Atenção Básica no território brasileiro, reafirmando no art. 2º os compromissos e competências por parte das equipes multiprofissionais a população em território definido, adotando um conjunto de ações no âmbito da promoção, proteção e recuperação, com base nos condicionantes e determinantes de saúde da população assistida. ²

O desenvolvimento de ações educativas na ESF relacionado à saúde do idoso por parte dos enfermeiros tem incentivado a potencialidade, encorajamento e independência do usuário no seu processo de cuidado, como também tem facilitado a relação do idoso com seus familiares possibilitando autonomia e o apoio na identificação de problemas e possíveis resolutividades. Dessa forma, o enfermeiro passa a orientar os idosos e seus familiares a fim de estimular hábitos saudáveis e condutas terapêuticas que viabilize o conforto e bem estar. ³ A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) instituída pela portaria de nº 2.528 em 19 de Outubro de 2006 em consonância com os princípios e diretrizes do SUS busca a promoção, manutenção e recuperação

através de atividades coletivas ou individuais afim de promover independência dos cidadão com 60 anos ou mais de idade. ⁴

A educação em saúde é um instrumento de trabalho das equipes de saúde que facilita a compreensão dos usuários a respeito de determinantes e condicionantes que podem interferir no processo saúde doença, a partir da construção coletiva e em longo prazo. Os profissionais desenvolvem essas ações com uma visão holística e humanizada com a finalidade da promoção da saúde e mudanças de opiniões a respeito de assuntos referentes ao comportamento humano. Sendo assim, as práticas de educação em saúde tornam-se constantes na atenção básica e quando é desenvolvida para a população idosa, tem sido fundamental devido o processo de envelhecimento e o aumento dessa parcela da população no território brasileiro. ^{5,6}

A qualidade de vida consiste em hábitos saudáveis desde aspectos referentes alimentação, exercício físico, habitação, saneamento básico, meio ambiente e a garantia ao acesso aos serviços de saúde. Trata-se de um contexto multidimensional de vários fatores que interferem na vida humana. ⁷

O presente estudo tem por intuito relatar a experiência exitosa de uma ação de educação em saúde com foco na qualidade de vida à pessoa idosa na disciplina de Enfermagem, Saúde e Sociedade I, no primeiro semestre do curso de Bacharelado em Enfermagem da Escola de Enfermagem e Farmácia da Universidade Federal de Alagoas.

1- METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência de uma ação de educação em saúde que teve como temática central promovendo a qualidade de vida à pessoa idosa, no primeiro período de Enfermagem na disciplina de Enfermagem, Saúde e Sociedade I, desenvolvida com a comunidade atendida na Unidade de Saúde da Família Graciliano Ramos, onde foi realizada na Associação de Moradores do Bairro Graciliano Ramos em Maceió/Alagoas no dia 29 de Abril 2016.

2- RESULTADOS E DISCUSSÃO

O envelhecimento saudável consiste na capacidade do individuo desenvolver suas atividades cotidianas com autonomia e independência estimulando práticas saudáveis que são fundamentais para que o idoso possa viver bem. Desse modo, a qualidade de vida torna-se prática essencial na vida da terceira idade, ou seja, o autocuidado, alimentação, sono e atividades de lazer e boas amizades oportuniza ao idoso uma satisfação e bem estar social. ⁸

Os estudantes utilizaram a metodologia da problematização com o Arco de Charles Margareze que consiste no olhar crítico reflexivo da realidade na qual se encontra inserido e a utilização de mecanismos solucionadores capazes de transformar a realidade social. Desse modo, o arco de Charles Margareze é dividido em etapas que vai desde a observação da realidade, construção de pontos-chaves, busca pela referencial teórico, possíveis hipóteses de solução e aplicação à realidade.⁹

A disciplina de Enfermagem, saúde e sociedade I possibilita aos estudantes do primeiro período do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, a inserção ao serviço desde o início da sua formação, durante o semestre os discentes realizam visitas nas ESF de acordo com os módulos estudados que corresponde às seguintes temáticas: Processo Saúde e Doença, Saúde, Ambiente e Qualidade de Vida e Introdução à Epidemiologia, Políticas de Saúde no Brasil e SUS, buscando assim realizar uma inter-relação entre as aulas teóricas e a vivência prática dos profissionais que constitui atenção básica. Ao final da disciplina com todo conhecimento adquirido e experiência vivenciadas nos serviços, os alunos desenvolvem uma ação de educação em saúde, voltada a um público específico com base em levantamento de dados epidemiológicos da população atendida na comunidade.

Com base nos dados dos relatórios de saúde, registros de atendimentos mensais por parte da equipe multiprofissional, acompanhamento das famílias cadastradas da Unidade de saúde da Família Graciliano Ramos foi possível realizar cálculos de índices de acompanhamento e cadastrados nos programas de hipertensão, diabetes, tuberculose, hanseníase, além disso, prevalência e média de consultas e serviços oferecidos na unidade. Desse modo, foi identificado um índice de acompanhamentos de Diabéticos e Hipertensos com uma média respectivamente de 71,77% e 69,81% e de coeficiente de prevalência de Diabéticos e Hipertensos 40,49 e 141,06 nos últimos três meses Outubro, Novembro e Dezembro de 2015. Ademais, foi analisada a média de consultas de pessoas diabéticas 17,85% e hipertensos 50,25%, assim sendo, verifica-se que a maior parte do atendimento estava concentrada na faixa etária igual ou acima de 60 anos. Em vista disso, os discentes consideraram com base nos dados e na vivência prática na unidade a necessidade da intervenção para esse público específico, visto que estão mais vulneráveis ao adoecimento e que necessita de uma atenção maior, o que não impossibilitou a participação de pessoas com outras faixas etárias.

A partir dos dados coletados e da escolha do público alvo os estudantes iniciaram o processo de planejamento, organização e execução da ação educativa. Nessa etapa os alunos da disciplina tiveram a oportunidade de participar de uma oficina oferecida pelas docentes da disciplina que teve como objetivo principal apresentar metodologias para o desenvolvimento de ações educativas em saúde, materiais lúdicos e dinâmicas que auxiliasse os alunos nesse processo. Diante disso, os discentes criaram o tema da ação: “Promovendo a qualidade de vida à pessoa idosa”; além dos objetivos propostos que se subdividiam em Sensibilizar quanto à importância da prevenção e controle da diabetes e hipertensão; Estimular hábitos saudáveis que promovam a qualidade de vida: alimentação, atividade física e acompanhamento com os serviços de saúde; Orientar sobre a importância de seguir o tratamento contínuo de acordo com recomendação do profissional de saúde. Bem como, metas a serem atingidas: Estimular mudanças de hábitos com o objetivo de colaborar com a promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos, através das práticas de exercícios físicos, alimentação saudável e acompanhamento continua com os serviços de saúde, sempre com o intuito de facilitar o uso das recomendações no cotidiano do público atingido. Como também, a construção de recursos necessários como a confecção de projetos para ser apresentada a unidade referida, convite para a comunidade e público alvo, reserva do espaço físico da associação dos moradores, programação educativa, lembranças, dinâmica e o lanche coletivo.

Nessas perspectivas, os discentes realizaram a atividade proposta no dia 29 de abril 2016, das 10:00h às 11:00h na Associação de moradores do bairro Graciliano, estiveram presente aproximadamente 15 idosos, as docentes da disciplina e o estudantes envolvidos. Inicialmente, houve uma roda de conversa e apresentação de todos que estavam presente, em seguinte foi efetuado alongamentos dos membros superiores e inferiores, buscando a integração e participação de todos nessa etapa, os discentes tiveram a preocupação de realizar exercícios que não demandasse tanto esforço dos idosos e que pudesse ser executado individualmente e cotidianamente. Observando assim que a maioria dos participantes já desenvolvia essa prática de alongamento, realizou-se uma conversa a respeito da Importância da atividade física, orientação sobre uma alimentação saudável e acompanhamento nos serviços de saúde proporcionando assim o reconhecimento de práticas saudáveis e a importância para qualidade de vida desses usuários. A cada temática trabalhada, utilizaram recursos como músicas para estimular os envolvidos a dançar, dinâmica que incentivasse a prática do exercício físico e por fim foi realizada uma autoavaliação do momento vivenciado pelos participantes, no qual os relatos demonstraram satisfação, encorajamento,

independência, alegria por parte de todos os envolvidos nesse processo, demonstrando assim que ação alcançou os objetivos e metas esperada.

3- CONCLUSÃO

Portanto, a oportunidade dos discentes em desenvolver ações de educação em saúde desde o primeiro ano da graduação, fomenta a importância e a relevâncias dessas práticas no processo de trabalhos das equipes da ESF, proporcionando assim uma agregação desses saberes por parte do estudante durante sua formação e posteriormente desenvolvimento em sua prática profissional. Por conseguinte, ações como essas possibilita ao público alvo esclarecer e formar opiniões a respeito do seu processo de cuidado, quanto se trata dos idosos essas atividades educativas tem sido pontuais para a melhora da qualidade de vida e aproximação cada vez mais desses usuários nos serviços de saúde, especificamente na atenção básica.

REFERÊNCIAS

1. Arantes LJ, Shimizu HE, Merchán-Hamann E. Contribuições e desafios da Estratégia Saúde da Família na Atenção Primária à Saúde no Brasil: revisão da literatura. Rev Ciências e Saúde Coletiva [internet] 2016 [citado em 2017 out. 14]; 21(5): 1499-1510. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v21n5/1413-8123-csc-21-05-1499.pdf>.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Política Nacional da Atenção Básica [internet]. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil. 2017 set. 21 [acesso em 2017 out. 14]. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/diarios/161636273/dou-secao-1-22-09-2017-pg-68/pdfView>.
3. Oliveira JCA, Tavares DMS. Atenção ao idoso na estratégia de saúde da Família: atuação do enfermeiro. Rev Esc Enferm USP [internet] 2010 [citado em 2017 out.14]; 44(3): 774-81. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n3/32.pdf>.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de Outubro de 2006. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa [internet]. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil. 2006 out. 19 [acesso em 2017 out. 14]. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/diarios/738747/pg-142-secao-1-diario-oficial-da-uniao-dou-de-20-10-2006/pdfView> .
5. Mallmann DG, Neto NMG, Sousa JC, Vasconcelos EMR. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. Rev Ciências e Saúde Coletiva

- [internet] 2015 [citado em 2017 out.14]; 20(6): 1763-72. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n6/1413-8123-csc-20-06-1763.pdf>.
6. Pítza AF, Matsuchitabc HLP. Importância da Educação em Saúde na Terceira Idade. Rev Uniciencias [internet] 2015 [citado em 2017 out. 14]; 19(2): 161-68. Disponível:
<http://www.pgsskroton.com.br/seer/index.php/uniciencias/article/view/3595/3126>.
 7. Janini JP, Bessler D, Vargas AB. Educação em saúde e promoção da saúde: impacto na qualidade de vida do idoso. Rev Saúde em Debate [internet] 2015 [citado em 2017 out.14]; 39(105): 480-90. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v39n105/0103-1104-sdeb-39-105-00480.pdf>.
 8. Tahan J, Carvalho ACD. Reflexões de Idosos Participantes de Grupos de Promoção de Saúde Acerca do Envelhecimento e da Qualidade de Vida. Rev Saúde e Sociedade [internet] 2010 [citado em 2017 out. 14]; 19(4): 878-88. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v19n4/14.pdf>.
 9. Prado ML, Velho MB, Espíndola DS, Sobrinho SH, Backes VMS. Arco de Charles Maguerez: Refletindo Estratégias de Metodologia Ativa na Formação de Profissionais de Saúde. Rev Esc Anna Nery [internet] 2012 [citado em 2017 out. 14]; 16(1): 172-77. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v16n1/v16n1a23.pdf>.