

AS PRÁTICAS DE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Willianne Alves do Nascimento¹; Maria Elizabete Rodrigues Viana²; Janaína Paula Calheiros Pereira Sobral³; Alessandra Silva Lyra⁴

(1) Autor: Universidade Federal de Alagoas. E-mail: mariawillianne@hotmail.com

(2) Coautor: Universidade Federal de Alagoas. E-mail: beterviana@gmail.com

(3) Coautor: Universidade Federal de Alagoas. E-mail: nainacalheiros2@gmail.com.

(4) Coautor: Núcleo de pós-graduação em Maceió – Grupo CEFAPP. E-mail: alessandra.lira1980@hotmail.com

RESUMO

Os riscos existentes dentro do processo do envelhecimento os riscos têm formado a qualidade de vida dos idosos, deixando-os condicionados a incapacidades, decorrentes de condições afetivas, físicas ou sociais, acompanhados a um processo dinâmico e individual. O papel dos profissionais de saúde, são essenciais na realização de atividades educativas e de métodos de prevenção de doenças e promoção da saúde aos idosos, de modo a possibilitar o enfrentamento das dificuldades e superar os desafios instituídos pela idade, e a prática de novas formas de cuidado. O presente relato tem como objetivo descrever as práticas de enfermagem voltadas para o envelhecimento ativo realizadas por enfermeiras voluntárias e estudantes de enfermagem em um Instituto de Longa Permanência para Idosos durante o ano de 2016. Observou-se que a prática do cuidar está muito além de técnicas e regras pré-estabelecidas e vividas dentro do processo de aprendizagem da enfermagem. A sensibilidade do enfermeiro frente a essa parcela da população, norteiam a humanização e o cuidado integral que envolvem o emocional, o íntimo e a individualidade de cada um. Percebeu-se a essência da prática de enfermagem em agradecimento, pelos momentos de lazer, fazendo de cada momento realizado através das atividades lúdicas, uma contribuição para o envelhecimento ativo e para a formação do profissional de enfermagem, baseada na experiência vivida. Trabalhar a prática do envelhecimento ativo através da promoção em saúde e das práticas de enfermagem de cuidados em saúde, possibilitou uma reflexão acerca das dificuldades encontradas pelos idosos, nessa altura da vida. Foi possível observar seus medos, preconceitos, opiniões, fragilidades expostas dentro do processo saúde-doença e que fazem parte do enfrentamento da promoção da saúde e prevenção dos agravos.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermagem, Idoso, Educação em saúde.

INTRODUÇÃO

Ao se tentar definir envelhecimento percebe-se a intensa complexidade desse processo, que naturalmente entende-se tratar de um processo que ocorre ao longo de toda a vida de acordo com os seus variados conceitos diante das variáveis de visão social, econômica, relacionado a independência e à qualidade de vida do idoso¹.

Observa-se que quanto mais baixo for o poder aquisitivo desse grupo populacional, mais cedo se dará ao processo de envelhecimento, o que resulta da pluralidade das condições biopsicossociais². Nesse processo as primeiras alterações do envelhecimento são observadas no final da terceira década

de vida torna-se mais evidente, pois durante a fase de desenvolvimento obtém sua plenitude no final da segunda década, seguida por um período de certa estabilidade¹.

A qualidade de vida ao envelhecer necessita de investimentos pessoais e oferta de serviços capazes de atender às questões dessa grande parcela da população. Não obstante, há de se convir que os idosos são inerentes aos riscos provenientes do próprio processo de envelhecimento, deixando-os condicionados a incapacidades, decorrentes de condições afetivas, físicas ou sociais, aliados a um processo dinâmico e individual para cada um².

As Instituições de Longa Permanência para Idosos, ILPI, podem ser governamentais ou não e tem como principal objetivo ser o domicílio de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos podendo ter ou não suporte familiar em condição de liberdade, dignidade e cidadania. É importante oferecer a população dessa faixa etária, um suporte que contribua para uma boa qualidade de vida na etapa final do ciclo da vida³.

A proposta de promoção à saúde, voltada para educação em saúde, surge com a finalidade de alcançar melhores condições de vida, e conseqüentemente na diminuição de agravos que poderiam requerer tratamento curativo, pois caracteriza-se como instrumento de intervenção pedagógica positiva que permite a propagação do conhecimento, obtenção de novos direcionamentos e conhecimentos que possibilitam alternativas para o alcance na melhoria da vida das pessoas. Ademais, contribui para a concepção de um universo de reflexão em que possibilita o esclarecimento de questionamentos, compartilhamento de experiências e aprendizados e adoção de novas medidas de saúde frente aos assuntos abordados⁴.

Ancorado aos preceitos de Paulo Freire, a educação em saúde é compreendida como uma técnica facilitadora da construção coletiva dos saberes. Desse modo, as práticas educativas devem ser elaboradas a partir de relações dialógicas, participativas e afetivas com a proposta de construir um conhecimento crítico em defesa dos direitos humanos. Ressalta-se, ainda, a necessidade de aproximação dos profissionais de saúde com a realidade vivenciada por seu cliente, para que seja possível alcançar resultados positivos durante os processos educativos⁵.

Dentro dessa perspectiva, os profissionais de saúde, possuem papel fundamental na realização dessas atividades educativas apropriados para a recomendação de métodos de prevenção de doenças e promoção da saúde aos usuários, principalmente, aos idosos, de modo a conceder meios que

possibilitem o enfrentamento das dificuldades e superar os desafios instituídos pela idade, proporcionando, também, a prática de novas formas de cuidado⁶.

Deste modo, o enfermeiro, com o papel de educador e membro da equipe multiprofissional de saúde, precisa discernir de forma integral os idosos sob seus cuidados, de modo a facilitar a elaboração conjunta de um plano de cuidados que melhorem o processo de saúde. No âmbito dessa proposta, observa-se uma das principais funções dos profissionais da enfermagem: “reorientar suas práticas com propósito de acolher, gerar vínculo e assistir de forma satisfatória, respeitando a história, singularidade e especificidade de cada ser humano”⁶.

O presente relato tem como objetivo descrever as práticas de enfermagem voltadas para o envelhecimento ativo realizadas por enfermeiras voluntárias e estudantes de enfermagem em um Instituto de Longa Permanência para Idosos durante o ano de 2016.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, que retrata práticas de enfermagem realizadas por enfermeiras voluntárias e estudantes de enfermagem de uma faculdade de Alagoas.

Para tanto, as enfermeiras voluntárias, juntamente com os alunos realizadas atividades coletivas de acordo com as práticas diárias da Instituição, tais como, cuidados pessoais (banho, maquiagem, pintura de unhas, penteados em cabelos, entre outros), cuidados de saúde (administração de medicamentos, realização de curativos, realização de consultas de enfermagem, evolução dos prontuários), cuidados nutricionais (contribuição no oferecimento de alimentos aos idosos acamados e dependentes de auxílio para alimentar-se), seguindo para atividades lúdicas educativas.

As ações realizadas foram voltadas para os idosos através do processo de educação em saúde que teve como fonte norteadora os construtos de Paulo Freire, dentre eles, autonomia, liberdade, diálogo e problematização.

As atividades educativas foram realizadas com os idosos presentes em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos – ILPI, no estado de Alagoas durante as atividades práticas da disciplina de saúde do Idoso ocorridas. As ações ocorreram nas dependências da ILPI, no mês de Outubro de 2016, utilizando-se como estratégia de intervenção as práticas básicas de enfermagem, realização de atividades educativas individuais e coletivas de modo que permitiram que os participantes integrassem as atividade de forma ativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A prática de cuidados pessoais seguiu a proposta das atividades já realizadas dentro da instituição. A adaptação dos alunos a essas práticas de rotina, possibilitou a integração dos idosos e a interação dos mesmos com os alunos. Além disso, foi proporcionado aos idosos um momento de interação com as enfermeiras e os alunos através de atividades como maquiagem, pintura de unhas, realização de penteados, o que proporcionou descontração dos idosos em meio ao descaso de familiares. A participação das enfermeiras voluntárias, proporcionou segurança junto aos alunos, ao ponto que possibilitaram o estabelecimento da confiança por parte dos idosos. Foi possível constatar a carência dos idosos dentro da sua rotina, visto que a maioria não possui mais contato com familiares, ou recebem visitas esporádicas de algum parente. Observado que apesar de dividirem o mesmo espaço, poucos são os que interagem entre si o que ocasiona a solidão como principal companheira de muitos idosos da instituição.

O desempenho do cuidado humano torna-se essencial para os profissionais de saúde, principalmente no que diz respeito ao cuidado à pessoa idosa que necessita de atenção, carinho, respeito a seus valores culturais, por se encontrar em situação de fragilidade ocasionada pela própria idade. A atenção ao idoso deve ser integral e integrada, com base em seus direitos, necessidades, preferências e habilidades desde acesso, estrutura física e equipe qualificada, para que ocorra uma assistência resolutiva⁷.

A realização das práticas de cuidados em saúde, oportunizou a integração da teoria à prática profissional através de atividades de rotina da profissão da enfermagem. Foram administrados medicamentos (conforme prescrições presentes nos prontuários), controles diários de glicemia e pressão arterial, visto que a maioria dos idosos são hipertensos e diabéticos, morbidades frequentes nessa faixa etária; também a realização de curativos de alguns idosos, uns com presença de lesões em Membros Inferiores e/ou escoriações decorrente de quedas dentro da instituição. Foram realizadas consultas de enfermagem de forma completa e assistencial, resultando em orientações de cuidados com a saúde e de propostas de intervenções de enfermagem a serem realizados dentro da instituição.

O mesmo ocorreu com a integração junto ao café da manhã dos idosos. Existem muitos idosos que são acamados e que necessitam de ajuda para a alimentar-se. A integração proporcionou o apoio dos voluntários junto aos profissionais da instituição, favorecendo o aproveitamento do tempo e da realização das atividades diárias da instituição. Os idosos puderam compartilhar esses momentos com apoio, responsabilidade e humanização.

Após a realização das atividades diárias, foram realizadas atividades lúdicas de modo a contribuir com envelhecimento ativo dos idosos desta instituição. O envelhecimento ativo aplica-se a toda a comunidade e tem como objetivo principal aumentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade. É necessário então, que os indivíduos entendam o seu potencial para o seu bem-estar físico, social e mental, proporcionando deste modo a participação ativa das pessoas idosas, nas questões econômicas, culturais, espirituais e cívicas⁸.

Foram realizadas atividades como festival de talentos, em que os idosos apresentaram o que mais gostavam de fazer no dia a dia, tais como artesanato, cantar, dançar, ler, escrever, contar piadas, brincar, etc. Foi realizado um bingo de modo a exercitar a memória, a interação, a ajuda mútua e a colaboração, a premiação se deu com a distribuição de brindes obtidos através de doações. Foi proporcionado a realização de atividades físicas de acordo com todas as limitações existentes, de modo a possibilitar a prática do envelhecimento ativo.

CONCLUSÕES

Trabalhar a prática do envelhecimento ativo através da promoção em saúde e das práticas de enfermagem de cuidados em saúde, possibilitou uma reflexão acerca das dificuldades encontradas pelos idosos, nessa altura da vida. Foi possível observar seus medos, preconceitos, opiniões, fragilidades expostas dentro do processo saúde-doença e que fazem parte do enfrentamento da promoção da saúde e prevenção dos agravos.

As pessoas precisam do convívio em sociedade, de ouvir e de ser ouvidas. Envelhecer ativamente também contempla a ausência da solidão, a inserção na sociedade na fase final de sua vida. Os serviços sociais e de saúde devem estar alinhados, integrados e acessíveis, não devem discriminar os indivíduos, pois todas as pessoas devem ser tratadas de igual modo, ou seja, com dignidade e respeito.

A prática do cuidar está muito além de técnicas e regras pré-estabelecidas. O olhar do enfermeiro frente a essa parcela da população, norteiam a humanização e o cuidado integral que envolvem o emocional, o íntimo e a individualidade de cada um. A essência da prática de enfermagem transparece no olhar do idoso em agradecimento, de companhia, de integração, de momentos de lazer, fazendo de cada momento realizado através das atividades lúdicas, uma contribuição para o envelhecimento ativo.

REFERÊNCIAS

1. Lima AMM, Silva HS, Galhardoni R. Envelhecimento bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras. Interface - Comunicação, Saúde, Educação. [Internet]. 2008 [citado 2017 Out 10]; 12(27):795-807. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/icse/v12n27/a10v1227.pdf>.
2. Vicente FR, Santos SMA. Avaliação multidimensional dos determinantes do envelhecimento ativo em idosos de um município de Santa Catarina. Texto Contexto Enferm, [Internet]. 2013. [citado 2017 Out 10]; 22(2): 370-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n2/v22n2a13>.
3. Brasil. Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 238 de 26 de setembro de 2005. Aprova o regulamento técnico que define normas de funcionamento das Instituições de Longa Permanência para Idosos. [Internet] 2005. [citado 2017 Out 10]; Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2005/res0283_26_09_2005.html.
4. Kim DD, Araujo ALL, Tsai AIA, Kojima FH, Takashima GSI, LFO Junior. Saber é prevenir: uma nova abordagem no combate ao câncer de mama. Ciênc. saúde coletiva. [Internet]. 2010. [citado 2017 Out 10]; Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232010000700047.
5. Cervera DPP, Parreira BDM, Goulart BF. Educação em saúde: percepção dos enfermeiros da atenção básica em Uberaba (MG). Ciênc. saúde coletiva [Internet]. 2011 [citado 2017 Out 10]; 16(Supl.1):1547-54. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000700090.
6. Cabral JR, Alencar DL, Vieira JCM, Cabral LR, Ramos VP, Vasconcelos EMR. Oficinas de educação em saúde com idosos: uma estratégia de promoção da qualidade de vida. Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde [Internet]. 2015 [citado 2017 Out 10]; 1(2):71-75. Disponível em: www.redcps.com.br/exportar/13/v1n2a04.pdf.
7. Amthauer C, Falk JW. Percepção de profissionais da saúde acerca das dificuldades enfrentadas pelos idosos. Rev enferm UFPE online [Internet]. 2014. [citado 2017 Out 10]; 8(11):3912-9. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/13615/16450>.
8. Azevedo MSA. O envelhecimento ativo e a qualidade de vida: uma revisão integrativa. Dissertação de Mestrado. [internet] 2015. [citado 2017 Out 10]. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10776/1/marta%2020%20de%20abril%20-%20tese%20final%20-%20pdf.pdf>