

ATIVIDADE LÚDICA COM IDOSOS COMO METODOLOGIA ATIVA NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Valéria Gomes Fernandes da Silva¹
Bruna Ruselly Dantas Silveira²
Meine Siomara Alcântara³
Rejane Maria Paiva de Menezes⁴

INTRODUÇÃO

O envelhecimento pode ser compreendido como um processo multidimensional, haja vista as transformações biopsicossociais que ocorrem nessa fase da vida. Paralelo às mudanças etárias ocorridas nos últimos anos, em que o aumento da população idosa vem se constituindo como um fenômeno mundial (LUIZ, *et al.*, 2018; WANDERLEY *et al.*, 2019), pode-se observar um conseqüente aumento na incidência e prevalência das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT). Dentre as DCNT, as mais comuns em pessoas idosas são a Hipertensão Arterial Sistêmica e a Diabetes Mellitus (DM). Diante da necessidade de enfrentamento desses agravos, emerge no cenário da Atenção Básica, a necessidade do desenvolvimento de atividades de promoção e prevenção à saúde voltados a população de hipertensos e diabéticos (MACHADO *et al.*, 2017; NASCIMENTO, ALMEIDA, COSSON, SANTOS, 2017).

Nesse sentido, no contexto brasileiro, implementa-se nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) no âmbito assistencial da Estratégia de Saúde da Família os grupos de HiperDia, cuja prioridade se traduz na realização de práticas educativas voltadas ao autocuidado, autonomia e troca de experiência entre os participantes. Com isso, o emprego de metodologias ativas tem sido cada vez mais utilizado pelos profissionais de saúde como ferramenta facilitadora para esse processo de troca e construção de conhecimento inerente a grupos de atividades educativas voltados à população (NICOLAU, BATISTA, MOURA, SIMAS, 2018; FREITAS *et al.*, 2015; NASCIMENTO, ALMEIDA, COSSON, SANTOS, 2017).

Tais práticas metodológicas partem do pressuposto que o sujeito é o protagonista do aprendizado favorecendo, portanto, a autonomia, a interação entre os indivíduos e o desenvolvimento de um olhar crítico-reflexivo acerca de sua condição de saúde. A operacionalização desse tipo de abordagem metodológica, ocorre por meio de diversas estratégias, dentre elas o uso de atividades lúdicas (PAIVA *et al.*, 2016; SOARES *et al.*, 2017; OLIVEIRA *et al.*, 2018).

Essas atividades abrangem peças teatrais, jogos, gincanas, dinâmicas em grupos, entre outros. O uso do lúdico como ferramenta de ensino na terceira idade têm se mostrado eficaz para viabilizar mudanças nos hábitos de vida das pessoas idosas, pois, à medida em que educam também proporcionam o divertimento, a socialização entre os envolvidos, participação e facilita a compreensão da temática a ser trabalhada (OLIVEIRA *et al.*, 2018).

¹Enfermeira. Mestranda do Curso de Pós Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, valeriafernandes7@hotmail.com;

²Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, brunaruselly@live.com; Doutoranda pelo Curso de Pós Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, coautor1@gmail.com;

³Mestre em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, meinesio@gmail.com;

⁴Professor orientador: Doutora em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, rejemene@gmail.com.

Diante disso, este estudo justifica-se pela contribuição das metodologias ativas como estratégias inovadoras em educação em saúde para a garantia da qualidade de vida de pessoas vivendo com DM e hipertensão arterial, somado à necessidade evidenciada pela autora principal deste estudo quanto às melhorias no envolvimento e participação dos idosos nas ações programadas ao HiperDia.

Nesse sentido, este estudo objetivou descrever a experiência da aplicação de uma atividade lúdica como metodologia ativa em uma ação educativa desenvolvida dentro da agenda mensal de atividades do Programa HiperDia de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de um Estado da região nordeste do Brasil.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, baseado em uma atividade educativa realizada pela equipe Estratégia Saúde da Família juntamente com um profissional enfermeiro convidado pela equipe, de uma Unidade Básica de Saúde em uma cidade do interior de um Estado do Nordeste brasileiro.

A ação educativa fazia parte do cronograma mensal de atividades do Programa HiperDia da UBS, este tem como foco a assistência a indivíduos diagnosticados com hipertensão arterial e DM. A ação se deu em um único encontro, no segundo semestre de 2017 com duração de 40 minutos, tendo como população alvo os idosos cadastrados no Programa. A atividade educativa foi conduzida na residência de um dos agentes comunitários de saúde da equipe, por possuir acessível localização na área geográfica, haja visto que o espaço físico da UBS encontrava-se em obras impossibilitando a realização das atividades naquele local.

A atividade educativa foi planejada previamente pelo enfermeiro convidado juntamente com os profissionais de saúde da equipe Estratégia Saúde da Família composta pelo médico, enfermeiro, técnico de enfermagem e os agentes comunitários de saúde. O objetivo da ação consistiu em motivar o empoderamento dos sujeitos envolvidos nesse processo, considerando o usuário como o responsável ativo do autocuidado e os profissionais encarregados em subsidiar essa assistência.

O percurso da ação se estruturou inicialmente com o acolhimento dos participantes, onde os profissionais estavam prontos a recepcioná-los. Em seguida houve a aplicação da dinâmica norteadora da temática central, que é componente elementar das metodologias ativas. (CYRINO *et al.*, 2016). A dinâmica utilizada consistiu na atividade lúdica "Telefone sem fio", centrada na interação entre os próprios participantes e desses com o profissional de enfermagem convidado onde teve a função de mediador. Após a colocação breve das instruções da dinâmica, com participantes já em círculo, a mediadora lançou a frase disparadora para o participante ao seu lado, que sequencialmente repassava aos demais. Ao final, observava-se a frase resultante dessa interação comunicativa, fazendo um contraste com a frase inicial na intenção de promover uma reflexão desse resultado com o objetivo central da ação educativa.

A partir das reflexões, os profissionais se colocaram à disposição para responder questionamentos relacionados à condição do processo saúde-doença em que estão inseridos. Após prestados os esclarecimentos, o encontro foi finalizado com uma avaliação-participante, sendo pontuado os aspectos positivos e negativos dessa atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade despertou o interesse dos participantes onde inicialmente se mostraram curiosos por se tratar para eles de uma estratégia nova nas ações educativas. A maioria dos idosos presentes se identificaram com a dinâmica proposta e afirmaram já terem participado no passado, o que facilitou a sua implementação.

Diante da proposta implementada, os participantes conseguiram fazer uma reflexão entre o objetivo da dinâmica e o intuito da ação educativa. Correlacionaram a influencia do senso comum nos cuidados necessários às comorbidades DM e hipertensão, que em sua maioria divergem das condutas indicadas pelos profissionais de saúde e acabam sendo deixadas à margem. Essa realidade, foi percebida através do relato de um dos participantes, onde afirmou já ter adotado uma conduta fornecida por um leigo em detrimento à busca por orientação de profissionais da saúde. Algumas justificativas diante deste relato foram mencionadas, como a falta de tempo para direcionar-se aos serviços de saúde em busca de informações e ajuda, e o êxito no tratamento de um indivíduo que possuía a mesma condição patológica onde tomou com referência também para si.

O estudo de Castro *et al.*, 2018, demonstra que existe algumas realidades em que as ações de educação em saúde precisam ser reorganizadas e revistas, uma vez que, normalmente ocorrem de maneira esporádica nas unidades de saúde, não são planejadas, podendo resultar em ações de promoção descontínuas com possibilidade de baixo impacto para a comunidade. Falhas como essas em atividades que integram a comunidade, sobretudo indivíduos mais vulneráveis como a população idosa, podem contribuir para a diminuição da participação dos mesmos em atividades da unidade de saúde, comprometendo, portanto, o vínculo entre o usuário e o profissional de saúde.

A educação em saúde implementada através da utilização de atividades lúdicas proporciona uma oportunidade singular e essencialmente estimuladora para os idosos, uma vez que colocá-los como sujeitos ativos e incentivar a participar de atividades criativas que envolvam o cuidado à saúde, contribuem para a melhoria de aspectos como trabalhar as emoções, desenvolver a afetividade, estimular a convivência, diminuir o nível de ansiedade e de angústia, além de exercitar as funções psíquicas, físicas e cognitivas (GUIMARAES *et al.*, 2016).

A atividade lúdica apesar de ser uma estratégia facilitadora na promoção de saúde com idosos, ao mesmo tempo apresenta-se como um desafio em sua implementação, devido os diversos aspectos que o profissional de saúde necessita levar em consideração. Na dinâmica desenvolvida aspectos como a audição, concentração, oralidade e a memória são estimulados. Logo, houve um cuidado na definição do tipo de dinâmica, uma vez que os participantes precisariam desenvolver as habilidades mínimas necessárias para que o objetivo final da atividade fosse alcançado com êxito. Convém mencionar, que o perfil dos idosos que participaram da referida atividade possuíam habilidades cognitivas e motoras mínimas necessárias, portanto não houve impasses com o desenvolvimento da atividade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da importancia desse contexto, acredita-se que ações educativas em saúde que buscam estratégias diferenciadas que integram a articulação do conhecimento com metodologias ativas, seja o caminho para construir uma aprendizagem significativa para o público idoso. A promoção de saúde seja ela voltada para programas específicos dos serviços de saúde como o HiperDia ou ações gerais, precisam fazer uso de atividades que sejam eficazes e acessíveis para esse público.

A reflexão acerca do uso de atividades lúdicas como metodologia ativa na educação em saúde para idosos, contribui positivamente como fator motivacional para os profissionais

que em meio a rotina de trabalho acabam deixando de fazer uso dessa estratégia como uma ferramenta facilitadora. Desta forma, é necessário que haja interesse dos profissionais em conhecer e atualizar-se para o uso das metodologias ativas bem como, por parte dos serviços de saúde em oportunizar a formação e qualificação da equipe multidisciplinar responsável por desenvolver ações como essas.

A prática de atividades lúdicas é uma excelente estratégia para promover a mudança no estilo de vida de idosos, contribuindo com a ação terapêutica tanto direcionada para a condição patológica que o idoso possui, como favorecendo a melhoria da qualidade de vida em seu estado cognitivo, funcional e social.

REFERÊNCIAS

BARRETO, M.S.; CARREIRA, L.; MARCON, S.S. Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 18, n. 1, p. 325-339, 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/26092/18731>. Acesso em: 24 maio 2019.

CASTRO, A. P. R.; VIDAL, E. C. F.; SARAIVA, A. R. B.; ARNALDO, S. M.; BORGES, A. M. M.; ALMEIDA, M. I. Promoção da saúde da pessoa idosa: ações realizadas na atenção primária à saúde. **Revista Brasileira Geriatria Gerontologia**. Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 158-167, 2018. Disponível em http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v21n2/pt_1809-9823-rbgg-21-02-00155.pdf. Acesso em: 24 maio 2019.

CYRINO, R. S. *et al.* Atividades lúdicas como estratégia de educação em saúde com idosos. **Rev. Ciênc. Ext**, São Paulo, v.12, n.3, p.154-163, 2016. Disponível em: http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1324. Acesso em: 20 maio 2019.

GUIMARAES, A.C. *et al.* Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei, v. 11, n. 2, p. 443-452, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082016000200013. Acesso em: 19 maio 2019.

LUIZ, K.K.I.; LORETO, M.D.S.; FERREIRA, M.A.M. Envelhecimento e velhice: protagonismo, temporalidade e desafios. **Temporalis**, Brasília, n.35, 2018. Disponível em: <http://periodicos.ufes.br/temporalis/article/view/18254>. Acesso em: 19 maio 2019.

MACHADO, W.D.; GOMES, D.F.; FREITAS, C.A.S.L.; BRITO, M.C.C.; MOREIRA, A.C.A. Idosos com doenças crônicas não transmissíveis: um estudo em grupos de convivência. **ReonFacema**, Maranhão, v. 3, n. 2, p. 444-451, 2017. Disponível em: <http://www.facema.edu.br/ojs/index.php/ReOnFacema/article/view/194/106>. Acesso em: 18 maio 2019

NASCIMENTO, M.A.; ALMEIDA, S.C.B.; COSSON, I.C.O.; SANTOS, J.A. Assistência de enfermagem no programa hiperdia: relato de experiência em estágio supervisionado. **CuidArte, Enferm**, Bucaramanga, v. 11, n. 2, p. 231-238, 2017. Disponível em: <http://www.webfipa.net/facfipa/ner/sumarios/cuidarte/2017v2/231.pdf>. Acesso em: 21 maio 2019.

NICOLAU, S.; BATISTA, K.J.D.; MOURA, A.; SIMAS, J. Práticas de educação em saúde realizadas por enfermeiros para pacientes do programa hiperdia. **J ManagPrim Health Care**,

v. 9, e9, 2018. Disponível em: <http://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/507/729>. Acesso em: 21 maio 2019.

OLIVEIRA, F.A.; SOUZA, F.S.; CAVALCANTE, S.L.; COUTO, A.R.M.; ALMEIDA, A.N.S.; BRANCO, M.S.C.C. Atividades de educação em saúde realizadas com grupo de idosas para promoção do autocuidado em saúde. **Rev. Eletr. de Extensão**, Florianópolis, v. 15, n. 28, p. 137-150, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/1807-0221.2018v15n28p137/36400>. Acesso em: 21 maio 2019.

PAIVA, M.R.F.; PARENTE, J.R.F.; BRANDÃO, I.R.; QUEIROZ, A.H.B. Metodologias ativas de ensinoaprendizagem: revisão integrativa. **SANARE**, Sobral, v.15, n.2, p. 145-153, 2016. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1049/595>. Acesso em: 22 maio 2019.

RETICENA, K. O. *et al.* Percepção de idosos acerca das atividades desenvolvidas no hiperdia. **Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 19, n. 2, p. 107-113, 2015. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/1009>. Acesso em: 22 maio 2019.

SOARES, N.A.; SOUZA, V.; SANTOS, F.B.O.; CARNEIRO, A.C.L.L.; GAZZINELLI, M.F. Dispositivo educação em saúde: reflexões sobre práticas educativas na atenção primária e formação em enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 26, n.3, e0260016, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n3/0104-0707-tce-26-03-e0260016.pdf>. Acesso em: 23 maio 2019.

WANDERLEY, R.M.M. *et al.* Avaliação da condição de saúde da pessoa idosa na atenção básica. **Rev. Enferm. UFPEonline**, Recife, v.13, n.1, p. 472-82, 2019.