

A EDUCAÇÃO EM SAÚDE EM UM GRUPO DE IDOSOS SEQUELADOS DE AVE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Gabryella Muniz da Silva ¹
Danielle Ferreira de Santana Silva ²
Nídia Pimentel da Silva ³
Maria Vitória da Costa Silva ⁴
Rachel Cavalcanti Fonseca Pereira ⁵

INTRODUÇÃO

Segundo Beltrão, Camarano e Kanso (2004) o Brasil vem passando por uma mudança na estrutura etária da população, caracterizado pelo envelhecimento populacional, na qual se observa um aumento da quantidade de pessoas acima de determinada idade. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a quantidade de pessoas acima de 60 anos chegava a cerca de 15 milhões no ano de 2000, no ano de 2010 esse número passou dos 20 milhões, aumentando cerca de 11%.

Essa mudança demográfica vem acontecendo de forma muito rápida, reduzindo a proporção de crianças e jovens e aumentando a proporção de idosos e sua expectativa de vida. Essas mudanças trazem consequências para todos os setores, tendo que se repensar em novas estratégias e dimensões de serviços necessários para o futuro. Esse aumento da expectativa de vida acarreta o aumento das cargas de doenças, especialmente as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (BRASIL, 2011).

Dentre as DCNT, destaca-se o grupo das doenças encefalovasculares (DEV), que apresentam um índice de mortalidade de 51,6 por 100.000 habitantes e neste grupo, o Acidente Vascular Encefálico (AVE) se destaca por acometer uma parcela significativa de pessoas idosas, sendo apontado como principal causa de morte, principalmente a partir da faixa etária de 65 anos (KELLEY, 2003).

O Acidente Vascular Encefálico, também conhecido como "Derrame Cerebral", é uma das principais causas de morte, incapacidade adquirida e internações em todo o mundo. Existem dois tipos de AVE, o isquêmico, quando há uma obstrução de um vaso sanguíneo cerebral e o hemorrágico, quando há o rompimento de algum vaso sanguíneo cerebral. É uma doença que é mais comum em homens do que em mulheres. Dentre os principais fatores de risco estão, o diabetes, hipertensão, sedentarismo, mal alimentação, idade avançada, tabagismo, histórico familiar e uso excessivo de álcool (BRASIL, 2013)

A educação em saúde busca transformar os saberes existentes e não apenas informar para a saúde. A prática educativa, nesta perspectiva, visa contribuir para o desenvolvimento da autonomia e conscientizar o indivíduo para o cuidado com a saúde, porém não como uma obrigação de um saber técnico-científico que os profissionais de saúde possuem, mas sim pelo

¹ Graduando do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, mgunizs@gmail.com;

² Graduando do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, danielleferreiradesantana@gmail.com

³ Graduando do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, nidiapimentel22@gmail.com;

⁴ Graduando do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, mvtoriacostas@gmail.com;

⁵ Professor orientador: Mestre, Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, rachelcfjp@gmail.com. (83) 3322.3222

desenvolvimento da compreensão da situação de saúde. Tendo como modelo a comunicação dialogada, que visa a construção de um conhecimento saúde-doença-cuidado que possam capacitar os indivíduos a decidir quais estratégias mais adequadas para promover, manter e recuperar a saúde (SOUZA; JACOBINA, 2009).

Com isso, o objetivo desse trabalho é relatar a experiência de discentes do curso de fisioterapia da prática da educação em saúde e conscientizar os profissionais de saúde sobre a importância da educação em saúde como estratégia de promoção e prevenção da saúde em idosos que sofreram AVE.

METODOLOGIA

Estudo descritivo do tipo relato de experiência, a partir de situações vivenciadas por discentes do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa _ UNIPÊ, durante o atendimento da prática assistida Saúde do Idoso realizada na clínica escola de Fisioterapia no Centro Universitário de João Pessoa – UNIPÊ, localizado no Bairro Água Fria em João Pessoa – PB.

O estudo ocorreu entre o período de abril e maio de 2019, no turno matutino, que dispõe de um dia na semana para atender um grupo de idosos sequelados por AVE, realizando nesses encontros atividades funcionais e cognitivas. E uma vez por mês, antes das atividades funcionais e cognitivas é reservado um momento de 15 minutos para as atividades de educação em saúde.

Para este trabalho, foi utilizado o método observacional, que permite que o pesquisador, analise, registre e identifique as ocorrências dos fatos e suas causas.

As atividades são desenvolvidas durante todo o semestre na Clínica escola de fisioterapia do Centro Universitário de João Pessoa-UNIPÊ, compondo o atendimento da prática assistida Saúde do idoso, que dispõe de um dia na semana para atender um grupo de idosos sequelados por AVE.

O grupo é composto por 10 (dez) pessoas, sendo 5 (cinco) homens e 5 (cinco) mulheres. Em cada semana são desenvolvidas atividades educativas, funcionais e cognitivas.

As atividades educativas se destacaram com temas que estavam diretamente ligados ao cotidiano e cenário de risco dos idosos, eram planejadas antecipadamente pelos discentes com o objetivo de selecionar a melhor metodologia na intenção de conseguir uma melhor compreensão dos idosos. As atividades de educação em saúde eram realizadas com ações que incluíam palestras, cartazes e rodas de conversas. Os temas abordados foram: risco de quedas para o idoso, gripe e a importância da vacinação e o envelhecimento ativo.

O risco de queda para o idoso foi abordado por meio de uma roda de conversa realizada, envolvendo os fatores extrínsecos e intrínsecos que podem influenciar diretamente nestes episódios, por meio das orientações sobre prevenção de quedas. Para realizar a atividade, foram usadas imagens que demonstravam situações que envolviam fatores intrínsecos e fatores extrínsecos e a partir das imagens os idosos relatavam experiências ou riscos que vivenciaram de quedas. Para a prevenção de quedas, os idosos foram orientados sobre formas de prevenir as quedas tanto no âmbito doméstico como fora dele como, evitar uso de tapetes na casa, instalar iluminação no trajeto do quarto para o banheiro, na área do banho usar tapete anti-derrapante, uso de barras de apoio no banheiro, não andar em pisos molhados, entre outras orientações.

O segundo tema abordado foi a gripe, a importância da vacinação e o grupo de risco, onde foi realizada uma roda de conversa em que foi discutido sobre o que era o vírus da gripe, as diferenças dos sintomas entre resfriado, gripe e influenza H1N1, os cuidados que devem ter

para prevenir a contaminação do vírus e outros agentes e a importância da vacinação e a cobertura do grupo de risco. Todo o conteúdo elaborado para esta atividade foi explicado através de recurso visual, o material didático utilizado foi um álbum feito de papel seda, medindo 65 cm de largura e 45 de comprimento contendo 12 páginas com apenas 1 imagem no tamanho A4 em cada página ilustrando os tópicos da temática. Ao término foram distribuídos panfletos com figuras resumindo os cuidados para prevenção da gripe.

O terceiro tema abordado foi o envelhecimento ativo, que foi realizado através de uma conversa compartilhada, onde foi falado a importância do bem-estar emocional, espiritual, físico e social. A atividade foi desenvolvida com auxílio de um cartaz com imagens de idosos praticando o envelhecimento ativo e hábitos saudáveis. Foi explicado dentro de cada aspecto como obter um envelhecimento saudável. Durante a atividade os idosos puderam colaborar falando de cada característica citada. Com relação ao estado emocional foi falado de como lidar com as emoções, pois os sentimentos podem influenciar no bem estar; no espiritual a importância de sentir-se bem, não importando a religião, mas sim a sua fé; no físico além de abordar sobre a mobilidade, como caminhar, dançar, alongar e fazer o que gosta, também foi falado sobre alimentação saudável; e no social foi relatado a importância do bom relacionamento com todos de sua convivência e de fazer novas amizades.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a prática assistida de saúde do idoso observa-se a necessidade da abordagem preventiva e promocional da saúde diante do aumento da população de idosos e que é necessário que se criem estratégias para promover um envelhecimento ativo, mesmo em pacientes com sequelas relacionadas ao AVE para evitar a reincidência e prevenção de eventos secundários.

Foi perceptível a importância da realização de educação em saúde em grupos, pois em muitos momentos os idosos expuseram situações vivenciadas e através disso foi possível a interação e a troca de experiências entre idoso-idoso e entre idosos-acadêmicos.

Através das atividades de educação em saúde no grupo de idosos com sequelas de AVE foi possível observar o interesse dos participantes sobre os temas abordados diante da necessidade e importância em empoderar-se de conhecimento básico para manter o autocuidado e sua funcionalidade.

Tais atividades vêm ratificar alguns autores encontrados na literatura, apontados por Grochowski, Campos e Lima (2015), os quais afirma que a promoção da saúde busca diminuir os fatores de risco, conscientizando a população da necessidade de cuidar de si e de hábitos saudáveis para obter um envelhecimento com saúde, mas quando a patologia já está instalada o objetivo é diminuir o agravamento da saúde destas pessoas.

O trabalho em grupo é a maneira mais fácil de ampliar os conhecimentos sobre os temas que são relacionados à saúde com o estímulo de discussões, a adoção de hábitos saudáveis conduzindo da forma mais adequada o processo de educação em saúde, promovendo a socialização do conhecimento e a mudança de comportamento (MENEZES et al, 2013).

Para Martins et al (2007) durante o trabalho de educação em saúde com idosos é importante focar na autonomia e na qualidade de vida, pensando sempre nas mudanças biopsicossociais do processo de envelhecimento. As ações educativas possibilitam o

envolvimento dos idosos no autocuidado, ampliando seus conhecimentos e provocando mudanças em suas atitudes e comportamentos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O cuidado vai muito além de curar ou reabilitar, as formas de promoção e prevenção devem ser estratégias mais investidas pelos profissionais de saúde. Portanto, conclui-se que a educação em saúde busca além da propagação do conhecimento, mas também a promoção em saúde e maior autonomia desses idosos para realizarem o autocuidado e manter a sua funcionalidade, evitando que ocorra eventos secundários ao AVE como por exemplo, as quedas, sedentarismo ou perda de função, fazendo com que consigam escolher ter um envelhecimento saudável e mais independente

É necessário a realização de estudos que abordem a educação em saúde para indivíduos que possuam sequelas de AVE visando a promoção, prevenção de eventos secundários e autocuidado e que essa prática seja realizada não só na atenção especializada, mas também em outros serviços, da atenção básica a atenção hospitalar, por todos os profissionais que a integram.

Palavras-chave: Saúde do idoso, acidente vascular encefálico, educação em saúde.

REFERÊNCIAS

BELTRÃO, Kaizô Iwakami; CAMARANO, Ana Amélia; KANSO, Solange. Dinâmica populacional brasileira na virada do século XX. Rio de Janeiro: IPEA; 2004. Disponível em: http://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=4231. Acesso em: 14 de maio de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes de Atenção à Reabilitação da Pessoa com Acidente Vascular Cerebral. Brasília, DF, 2013. Disponível em: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_reabilitacao_acidente_vascular_cerebral.pdf. Acesso em: 14 de maio de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (dcnt) no brasil 2011-2022. Brasília, DF, 2011. Disponível em: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf. Acesso em: 14 de maio de 2019.

GROCHOVSKI, Carol Sabrine; CAMPOS, Renata; LIMA, Malu Cristina de Araujo Montoro. Ações de Controle dos Agravos à Saúde em Indivíduos Acometidos por Acidente Vascular Cerebral. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v.19, n. 4, p.269-276, 2015. Disponível em: <http://www.periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/viewFile/20311/15101>. Acesso em: 23 de maio de 2019.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo demográfico: Sinopse do censo demográfico 2010. Disponível em: <http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=12&uf=00>. Acesso em: 14 de maio de 2019.

Kelley, R.E. Afecções dos vasos cerebrais. In: Weiner, William J.; Goetz, Christopher G. (4ª ed.: 69-83). Neurologia para o não-especialista: fundamentos básicos da neurologia contemporânea. 4º ed. Editora Santos, 2003, p. 69-83.

MARTINS, Josiane de Jesus et al. Educação em saúde como suporte para a qualidade de vida de grupos da terceira idade. Revista Eletrônica de Enfermagem, v. 09, n. 02, p. 443 - 456, 2007. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n2/v9n2a12.htm>. Acesso em :23 de maio de 2019.

MENESES, Rejane Millions Viana et al. Ações educativas para terceira idade. Revista Rede de Enfermagem do Nordeste, v. 14, n.2, p.417-27, 2013. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/3403/2639>. Acesso em: 23 de maio de 2019.