

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSO NA ATENÇÃO BÁSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Marianna Dayenne Batista de Paiva¹
Isabella Kilia Macedo Silva²
Anne Heloyse Ribeiro Ferreira³
Vera Lúcia Moraes da Silva⁴
Anne Karoline Candido Araújo⁵

INTRODUÇÃO

Uma atual e crescente preocupação é o envelhecer saudável. Definido por ser um processo de preservação da capacidade funcional e bem-estar, na terceira idade. Para isto, as atividades e ações somadas para a obtenção da longevidade, devem ter também como meta a qualidade deste envelhecimento. Trabalhando processos de saúde e doença, promoção e prevenção à saúde, processo de aceitação do envelhecer e das mudanças que isto acarreta a vida.

No país, conceitua-se como idoso as pessoas com 60 anos de idade ou mais. Pela estatística do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil é um país em processo de envelhecimento populacional crescente e a projeção é de que até 2060, um a cada quatro brasileiros terão mais de 65 anos de idade. Destacando, assim, consequentemente o aumento dos gastos em saúde e aposentadoria (IBGE, 2010).

Diante do exposto, vale salientar que o envelhecimento com qualidade tem propostas, leis e medidas legais para que ocorra. O Sistema Único de Saúde em conjunto com as Políticas Públicas da Saúde do Idoso, Política Nacional da Pessoa Idosa do Ministério da Saúde e o Estatuto do Idoso, conformam uma base sólida para as ações necessárias de assistência a este público em questão. Reforçando os direitos e deveres dos idosos, bem como expondo soluções e ações para com os mesmo (SAÚDE, 2019; BRASIL, 2006).

Contudo, as práticas de promoção à saúde do idoso embasadas no contexto supracitado contribuem positivamente no envelhecimento saudável da população brasileira.

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, annearaujoenf@hotmail.com

Laborar sobre autocuidado, atividades físicas, alimentação adequada, comorbidades comumente conhecidas, autonomia e autoestima, interação social, orientação e prevenção, além de constante estímulo à práticas benéficas. Estes são apenas alguns âmbitos que podem ser trabalhados com os idosos para o alcance do envelhecer de forma adequada. É de conhecimento que o Sistema único de Saúde (SUS) através das Unidades Básica de Saúde (UBS) e os programas de Estratégia da Família (ESF), atuam efetivamente com estas práticas. (SAÚDE, 2010; SAÚDE, 2019)

Desta forma, o objetivo deste estudo é descrever a experiência de estudantes da graduação em enfermagem sobre a experiência no estágio supervisionado nas UBS e ESF, propiciando um contato humanizado, bem como atuação direta sobre a educação em saúde e envelhecer saudável com os idosos participantes.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de estágio supervisionado no 8º período do curso de Enfermagem, acerca da educação em saúde com idosos, que ocorreu pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte, por um período de 5 meses do ano de 2018. As atividades e ações de educação em saúde, realizava-se 2 vezes ao mês, a cada 15 dias com duração média de 2 horas, na unidade de estratégia de saúde da família (ESF), localizada no bairro de Mãe Luiza, Natal/RN.

As atividades e ações educativas em saúde, eram elaboradas e realizadas pelas equipes da unidade e pelos estagiários, com contexto multidisciplinar. Pois as equipes são formadas por médicos, enfermeiros e dentistas, juntamente com os seus respectivos estagiários.

A cada encontro, as atividades realizadas abordaram temas diferentes nas quais rodas de conversa, jogos, vídeos, música, exposições, dinâmicas, atividade física, festas comemorativas, entre outras práticas foram realizadas com sucesso.

A educação em Saúde era realizada com o grupos de idosos, sendo assim o público alvo, e abordava temas convenientes e presentes na vivência deles. Como por exemplo, as doenças que mais acomete homens e mulheres após os 60 anos de idade, alcoolismo, questões familiares, tabagismo, saúde mental, atividade física, alimentação, higiene e cuidados pessoais, bem como temas sugeridos pelos próprios participantes.

Após as reuniões do grande grupo, os preceptores e estagiários reuniam-se para analisar como foi a reunião, o grau de aproveitamento, que pontos precisam ser melhorados, também os pontos positivos e então começar o planejamento das atividades do próximo encontro. A finalidade da auto-análise e aprimoramento das atividades, era para que os idosos estivessem sejam interessados e motivados a participar, que fossem reuniões agradáveis e despertasse o interesse deles.

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, annearaujoenf@hotmail.com

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A promoção da saúde surgir a partir de um cuidado contínuo e participativo. Tem como objetivo à reflexão do processo saúde-doença e busca a ampliação da autonomia e independência dos idosos. Desse modo, o grupo de educação em saúde apresenta-se como uma prática dos serviços de saúde para estimular a participação do usuário na construção e entendimento de sua saúde. (COMBINATO, 2010). Atuando na obtenção de um estilo de vida mais saudável por meio da participação no grupo, adotando hábitos saudáveis na alimentação, uso correto de medicamentos, práticas de atividades físicas, entre outros. Além disso, deve-se observar o indivíduo como um todo, tornando-se necessário pensá-lo inserido na própria comunidade e no seu contexto. (PREVIATO, 2019; TAHAN, 2010).

A promoção da saúde desenvolve de acordo com as necessidades da comunidade, com perspectiva de relacionar saúde e condições de vida, comunicando as situações culturais, econômicas, psicológicas, sociais e ambientais que exercem forte impacto na vida dos participantes. (FROTA, 2007). É necessário a participação da população idosa a fim de promover um envelhecimento ativo e melhorando a capacidade funcional desses, portanto atuando na melhoria da saúde desses indivíduos. (ALBUQUERQUE, 2004; MOSSINI, 2016).

O estágio, com as atividades de educação em saúde com grupos de idosos, teve o objetivo de permitir novas experiências na atenção básica ao idoso, considerando diferentes condições e necessidades sociais, sanitárias e funcionais da população participante, de forma que os estagiários pudesse desenvolver atividades de prevenção, promoção e reabilitação em saúde. (ALVES, 2017).

Participavam do grupo cerca de 25 idosos na sua maioria mulheres, sendo 20 do sexo feminino e 5 do sexo masculino, a idade era de 60 a 78 anos, sobre o estado civil a maioria era casada mas também tinha viúvos e solteiros, com renda familiar média baixa e com baixa escolaridade. Grande parte já frequentava o grupo a mais de um ano. E eles relataram que o grupo já fazia parte da sua rotina e sentiam falta quando não tem o encontro na semana já que as reuniões são quinzenais.

Como as mulheres eram em sua maioria, a presença delas era mais marcante, comprovando com estudos que mostram que há diferença no envelhecimento ativo entre homens e mulheres já que o sexo feminino têm uma maior busca pelo serviço e assistência de saúde do que o sexo oposto, essa diferença é determinante para o consumo dos serviços oferecidos. (LEVORATO, 2014).

Os encontros proporcionados pelo grupo no serviço da atenção básica da oportunidade de fortalecer os laços entre a equipe de saúde e os idosos, desmistificando as crenças sobre doenças e hábitos, além de propiciar aos participantes conhecer novas pessoas, construir amizades. Medidas que apontam como facilitadores para estimular a construção de conhecimentos, o aprender e o reaprender, compartilhar ideias, experiências, ofertando condições para refletir sobre o cotidiano da vida, fatores determinantes que contribuem para

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, annearaujoenf@hotmail.com

participação dos idosos, para alcançar uma velhice saudável. (PAVAN,2008; CAMPOS, 2015).

É importante notar que nos encontros, estão inseridos os sonhos, valores, desejos, estilo de vida, necessidades, crenças, com a subjetividade do idosos, pois eles relatam experiências, sonhos, medos, falam sobre o dia-a-dia e do passado, da época que eram jovens, sendo assim valorizando e respeitando sua história de vida e seus saberes. (GOMES,2014).

Assim, intervenções são importantes para a singularidade dos idosos e reforçam a importância da cognição na manutenção do cuidado, bem como viabilizam o aprendizado de novos conhecimentos e habilidades com o meio onde estão inseridos. Realizando atividades que valorize suas capacidades e habilidades para enfrentar estigmas da velhice e seus receios. (PAVAN,2008).

Desse modo, as atividades de aprendizagem podem contribuir satisfatoriamente para o equilíbrio do idoso, bem como os determinantes relacionados aos aspectos pessoais em que se incluem os fatores psicológicos. (SANTOS, 2016). A participação de idosos em atividades em grupo possuem efeito positivo na saúde e na melhoria da qualidade de vida dessa população, indicando que esses indivíduos são mais saudáveis em termos de cognição, comportamento, psicológico, envolvimento social e saúde física e clínica. Os idosos participantes do grupo enfatizaram a importância de participar das atividades, referindo a melhoria, tratamento e prevenção da depressão, sendo um dos motivos que os levam a frequentar o grupo e um estímulo para sair de casa. (PREVIATO, 2019).

Foi possível vivenciar como graduando, ver o processo de integralidade em saúde para idosos e de forma geral e o direcionamento das atividades do grupo, e de como a Enfermagem pode atuar nesse ambiente, como também as outras profissões da equipe da estratégia, fazendo que sejam ações multiprofissionais.

Os idosos almejam um espaço não só de conhecimento e informação, mas um espaço para compartilhar, construir laços e se sentirem cuidados e respeitados em sua individualidade. Desta forma, as experiências de lazer oferecem oportunidades para a interação social de uma forma produtiva que conduzem aos privilégios da socialização. Por esse motivo as ações de extensão é um mecanismo que favorece uma comunicação e a convivência dos idosos e dão uma nova oportunidade de terem uma nova experiência com pessoas diferentes do seu cotidiano.

CONCLUSÃO

Portanto, a partir deste relato de experiência mostra a importância da educação em saúde na atenção básica e no processo de envelhecimento humano. Sendo de grande importância realizar esses grupos para que promovam um envelhecimento saudável, aumento da participação dos idosos da comunidade, promoção de saúde e prevenção de doenças. O grupo é um meio de alcançar esses objetivos, devido a cooperação dos profissionais de saúde e seus estagiários e também a própria participação dos idosos pois afeta positivamente sua saúde, além deles compartilharem os conhecimentos adquiridos com outras pessoas.

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, anearaujoenf@hotmail.com

Palavras-chave: Saúde do idoso, atenção básica, estratégia saúde da família.

REFERÊNCIAS

Albuquerque, Paulette Cavalcanti; Stotz, Eduardo Navarro. A educação popular na atenção básica à saúde no município: em busca da integralidade. *Interface*, Botucatu. 2004, v.8, n.15, p.259-274. ISSN 1414-3283.

Alves, Ahyas Sydcley Santos; Carvalho, Vanessa Lobo. A educação em saúde em grupos de idosos: Um relato de experiência de estágio. *Anais do IV congresso internacional de envelhecimento humano*, Maceió; 2017.

BRASIL. Constituição (2006). Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. . 1. ed. Brasília, DF. 2006.

Campos, Ana Cristina Viana; Ferreira, Efigenia Ferreira; Vargas, Andréa Maria Duarte. Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e gênero. *Ciênc. saúde coletiva* [online]. 2015, v.20, n.7, p.2221-2237. ISSN 1413-8123.

Combinato, Denise Stefanoni et al.. “Grupos de conversa”: saúde da pessoa idosa na estratégia saúde da família. *Psicologia & Sociedade*. v.22, n. 3, p.558-568. 2010.

ESTATÍSTICA, Instituto Brasileiro de Geografia e. Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação. 2019. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>>. Acesso em: 09 maio 2019.

Frota, Mirna Albuquerque; Albuquerque, Maria Conceicao; Linard, Andrea Gomes. Educação popular em saúde no cuidado à criança desnutrida. *Texto contexto - enferm.*, Florianópolis. 2007, v.16, n. 2, p.246-253. ISSN 0104-0707.

Gomes, Henrique Monteiro et al. Extensão universitária: A arte de cuidar de idosos. *Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança*. 2014, v.12, n. 1, p.22-33.

Levorato, Cleide Daiana at al. Fatores associados à procura por serviços de saúde numa perspectiva relacional de gênero. *Ciênc. saúde coletiva*. Rio de Janeiro. 2014. v. 19, n.4. ISSN 1678-4561.

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, annearaujoenf@hotmail.com

Mossini, Cleber; Boing, Alexandra Crispim. Promoção à saúde do idoso através de grupo educativo, uma experiência na atenção básica de saúde. *Sau. & Transf. Soc.*, Florianópolis. 2016, v. 6, n. 1, p.143-155. ISSN 2178-7085.

Previato, Giselle Fernanda et al. Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. Jan-Mar 2019. *Rev Fun Care Online*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 11, p.173-180.

Pavan, Fabio Jose; Meneguel, Stela Nazareth; Junges, José Roque. Mulheres idosas enfrentando a institucionalização. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro. 2008. v.24, n.9, p.2187-2189. ISSN 0102-311X.

Santos, Luciane Medeiros et al. Grupos de promoção à saúde no desenvolvimento da autonomia, condições de vida e saúde. *Rev. Saúde Pública* [online]. v. 40, n. 2, p.346-352. 2006. ISSN 0034-8910.

Santos, Siegrid Kurzawa Zwiener; Da Ros, Marco Aurélio. Ressignificando Promoção de Saúde em Grupos para Profissionais da Saúde. *Rev. bras. educ. med.* Rio de Janeiro, v.40, n.2. 2016. ISSN 1981-5271.

SAÚDE, Ministério da. Atenção à Saúde da Pessoa Idosa e Envelhecimento. Editora Ms. Brasília. p.46. 2010.

SAÚDE, Ministério da. Saúde da pessoa idosa: prevenção e promoção à saúde integral. 2019. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-da-pessoa-idosa>>. Acesso em: 09 maio 2019.

Tahan, Jennifer; Carvalho, Antônio Carlos Duarte. Reflexões de Idosos Participantes de Grupos de Promoção de Saúde Acerca do Envelhecimento e da Qualidade de Vida. *Saúde Soc.* São Paulo. 2010, v.19, n.4, p.878-888.

¹Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, maridayenne@gmail.com;

²Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, isakilia20@gmail.com;

³Enfermeira Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, heloyseanne@hotmail.com;

⁴Enfermeira Universidade Estadual do Rio Grande do Norte - UFRN, veraleite035@gmail.com;

⁵Professor orientador: Mestre, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, annearaujoenf@hotmail.com