

PROMOVENDO O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL ATRAVÉS DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Giuliana de Lima Costa ¹
Fabíola de Araújo Leite Medeiros ²

RESUMO

O envelhecimento tornou-se uma realidade cada vez mais presente na sociedade brasileira a partir da década de 1970. Tudo isto foi resultado da transição demográfica que trouxe o aumento da população idosa e a redução da população jovem, além do avanço científico e tecnológico que permitiu o prolongamento e manutenção da vida por mais tempo mesmo em situações patológicas mais graves. Com isso, foram necessárias políticas e estratégias diferenciadas para direcionar a equipe de saúde frente a este público, gerando a Política Nacional de Atenção à Pessoa Idosa. Partindo dessa premissa, o projeto de extensão “Consulta de enfermagem aplicada entre as pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Maturidade (UAMA): Iniciativas para o envelhecimento saudável!” promovido pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), utilizou a consulta de enfermagem visando a geração de profissionais capacitados em lidar com os idosos, além de gerar indivíduos mais conscientes e partícipes de seu autocuidado. O objetivo geral foi implantar o Consulta de enfermagem entre pessoas idosas, visando otimizar um modelo de atenção integral pautado no envelhecimento saudável. Trata-se de um relato de experiência com a participação de 45 pessoas idosas e realizado durante o período de Março a Novembro de 2019. Os resultados indicam a prevalência de doenças crônicas na população estudada, além da contextualização de uma avaliação funcional que gerou a possibilidade de Diagnósticos Positivos de Saúde em prol da avaliação contínua da funcionalidade e manutenção do envelhecimento ativo e saudável dos grupos de idosos assistidos pela extensão universitária.

Palavras-chave: Envelhecimento humano. Extensão Universitária. Promoção da saúde.

INTRODUÇÃO

No Brasil, a transição demográfica iniciada na década de 1970 trouxe consigo a queda das taxas de natalidade juntamente com o aumento da expectativa de vida da população e redução da mortalidade. Tais mudanças são observadas na pirâmide etária, cuja base está cada

¹ Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, giuliana1919@gmail.com;

² Profa PhD em Enfermagem do Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I – Campina Grande e Coordenadora do Projeto de Extensão, profabiola@bol.com.br

vez mais estreita e seu topo mais largo, evidenciando o aumento significativo do número de idosos na sociedade atual (MIRANDA, 2016).

Diante desta situação, as diversas áreas de saúde através de uma equipe multidisciplinar, constituem-se como componente importante para a prática de cuidado para esse grupo populacional que demanda sobremaneira especificidades de saúde, principalmente aquelas associadas as doenças crônicas não transmissíveis (DNCTs) e às próprias limitações biopsicossociais que vão surgindo com o avançar da idade (PIEXAK *et al*, 2012).

Dentro dessa equipe multidisciplinar destacam-se os profissionais da enfermagem. A Enfermagem contribui nesse processo extendendo um novo olhar perante a pessoa idosa. Constitui-se como responsabilidades: reconhecer a biologia, as necessidades e os desejos do indivíduo; identificar os desvios de saúde; avaliar o ambiente e contexto onde ele se encontra; priorizar a promoção, prevenção e reabilitação da saúde (ALVAREZ; SADRI, 2018).

Nessa perspectiva, implantou-se na Clínica Escola de Enfermagem da UEPB (Universidade Estadual da Paraíba) o projeto de extensão intitulado “Consulta de enfermagem aplicada entre as pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Maturidade (UAMA): Iniciativas para o envelhecimento saudável” em prol das melhorias e da individualização do cuidado prestado a um indivíduo, família e/ou comunidade, visando aprimorar a atuação de graduandos de enfermagem para com este público, além de promover um cuidado integral e contínuo aos idosos.

Dessa forma, para uma avaliação aprofundada utiliza-se como instrumento o Processo de Enfermagem que apresenta como etapas (Histórico de Saúde, Diagnósticos de Enfermagem, Planejamento da Assistência, Implementação da Assistência e Avaliação) que subsidiou os participantes quanto à tomada de decisões e permitiu a previsão, avaliação e determinação de novas intervenções quando necessárias (PASSOS, 2018). Além disso, foi utilizada a Caderneta do Idoso a fim de avaliar, primordialmente, as vulnerabilidades.

O objetivo geral foi implantar o Consulta de enfermagem entre pessoas idosas, visando otimizar um modelo de atenção integral pautado no envelhecimento saudável. Trata-se de um relato de experiência com a participação de 45 pessoas idosas e realizado durante o período de Março a Novembro de 2019.

METODOLOGIA

O Projeto de extensão “Consulta de enfermagem aplicada entre as pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Maturidade (UAMA): Iniciativas para o envelhecimento saudável” era realizado na UAMA e na UBSF Odete Leandro da Clínica Escola de Enfermagem, ambas localizadas na UEPB. Abarcou idosos a partir de 60 anos no número de total de 45 indivíduos.

A consulta de Enfermagem foi realizada na Clínica Escola de Enfermagem da UEPB no período entre Março a Novembro de 2019 com um total de 45 pessoas idosas. Os critérios de inclusão: ter idade igual ou superior aos 60 anos. Critérios de Exclusão: Não conseguir realizar o Mini-Exame do Estado Mental.

Os instrumentos de coleta de dados foram: o Mini-Exame do Estado Mental, a Caderneta do Idoso e uso de um instrumento para consulta de enfermagem com base na Teoria das Necessidades Humanas Básicas. Utilizou-se para definição dos Diagnósticos de Enfermagem a CIPE® versão 2017.

O projeto foi organizado em etapas. Iniciou-se com a divulgação do projeto para os idosos que eram participantes da UAMA e também aos vinculados a UBSF que atende indivíduos do bairro Bodocongó. Neste momento, foram explicados os procedimentos e ações que seriam realizados. Em seguida, foi feito o cadastramento e acolhimento dos idosos que demonstraram interesse. Por fim, eles foram convidados a participarem individualmente da consulta de enfermagem na Clínica Escola da UEPB.

Contou com a participação dos profissionais de saúde cadastrados na UBSF, além dos alunos de graduação das áreas da saúde- enfermagem da UEPB e UFCG (Universidade Federal de Campina Grande), psicologia da UEPB, medicina da UFCG. Os alunos conduziam as consultas sob supervisão dos seus respectivos professores.

As ações desenvolvidas englobavam aulas sobre Educação em Saúde e realização de Consulta de Enfermagem. As aulas de educação em saúde ocorriam nas terças e quintas das 8 às 11 horas, abordando temas variados relacionados a saúde, cultura e conhecimentos gerais. Para a Consulta de Enfermagem era necessário marcação de dia através do telefone da Clínica Escola. Os atendimentos ocorriam nas segundas e quartas feiras das 8 às 11 horas. As ações realizadas durante a consulta englobavam: registro antropométrico, aferição de glicemia e Pressão Arterial, preenchimento da Caderneta do Idoso e da escala de Depressão geriátrica, além da realização de testes de memória.

Ressalta-se que todo o projeto de extensão é atrelado também ao projeto de pesquisa: *Diagnósticos CIPE® aplicados entre pessoas idosas atendidas na Clínica Escola de Enfermagem*, aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual da Paraíba, sob protocolo 2.954.734. E que embora, seja um relato de experiência, todos os procedimentos foram orientados pela Plataforma Brasil, considerando a ética em estudos com pessoas e principalmente com a pessoa idosa.

REFERENCIAL TEÓRICO

O envelhecer é um processo contínuo e progressivo que ocorre e ocorrerá com todos os seres vivos, gerando modificações biológicas, psicológicas e sociais. Os indivíduos são classificados como idosos de acordo com a idade em função do local onde residem. Países desenvolvidos classificam um idoso a partir da idade dos 65 anos, já nos países em desenvolvimento esta classificação ocorre aos 60 anos (MENDES *et al*, 2018).

Atualmente, no Brasil, o número de idosos corresponde a 29,6 milhões de indivíduos, sendo este valor correspondente a 13,5 % de toda a população. Porém, este grupo de pessoas continuará crescendo de acordo com as previsões da Organização Mundial de Saúde (OMS). Para esta instituição, o número de idosos com idade a partir de 60 anos no mundo chegará a 2 bilhões de pessoas até 2050, correspondendo a um quinto da população mundial. Já o Brasil terá a quinta maior população idosa do mundo (JORNAL DA USP, 2018).

Todas essas mudanças na demografia mundial têm como fatores primordiais a inversão da pirâmide demográfica e o avanço científico. Primeiramente, a inversão da pirâmide demográfica trouxe o aumento da população idosa em virtude da redução da natalidade associada à redução da taxa de fecundidade e o aumento da expectativa de vida. Já a ciência colaborou com a elaboração de novas tecnologias e fabricação de medicamentos que proporcionam prolongamento da vida mesmo em condições patológicas graves (MENDES *et al*, 2018).

Diante desta situação, foi-se necessário gerar uma resposta eficaz de saúde pública para esta população. Dessa forma, surgiu em 2006 a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa a fim de promover a manutenção da independência e autonomia, além de identificar, tratar e recuperar indivíduos em situações patológicas. Apresenta como algumas diretrizes a promoção do envelhecimento ativo e saudável, atenção integral, recursos suficientes e

necessários que assegurassem a qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa, além apoio ao desenvolvimento de estudos e pesquisas (BRASIL, 2006).

Portanto, partindo da premissa das diretrizes da política citada acima, surge a extensão universitária. Segundo a Lei de Diretrizes e Base da Educação em seu capítulo IV, artigo 43, a extensão universitária têm como funções a prestação de serviços à comunidade com estímulo ao acolhimento, ensino e incentivo a busca de conhecimento do mundo, além da promoção de pesquisas e tecnologias que servirão de base para outras instituições (BRASIL, 2016).

O projeto de extensão “Consulta de enfermagem aplicada entre as pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Maturidade (UAMA): Iniciativas para o envelhecimento saudável” buscou levar aos discentes e toda a comunidade acadêmica a refletir sobre como uma atuação profissional multidisciplinar e focado nos diversos aspectos da vida do paciente além da patologia traz consigo mudanças significativas e transformadoras para o público atendido. Além disso, mostra como uma consulta de enfermagem direcionada e resolutiva promove a integralidade e universalidade da atenção a saúde (DESLANDES; ARANTES, 2017).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados desse estudo apontam para a formação de dois grupos assistenciais um de pessoas idosas cadastrada pela UBS Profa. Odete Leandro de Oliveira e outro por 33 pessoas idosas, alunos do Programa da UAMA.

I GRUPO: Pessoas idosas atendidas na UBS

Ressalta-se que UBS Profa. Odete Leandro de Oliveira conta com uma equipe de saúde da família, sendo que esta composta pelos seguintes profissionais: médico, enfermeiro, técnico de enfermagem, recepcionista, assistente social, psicóloga, além de discentes de enfermagem e psicologia da UEPB, medicina e enfermagem da UFCG que prestam assistência junto com os seus docentes. A área de abrangência da equipe conta 900 famílias, dividida em 3 microáreas com cobertura de assistência de Agente Comunitário de Saúde (ACS). O total de pessoas idosas cadastradas era de 12.

Destes 12, 9 eram do sexo feminino e 3 do sexo masculino. Em relação a idade, 7 tinham entre 60 e 74 anos, 4 entre 75 e 84 anos, e 1 acima de 85 anos. A análise do VES 13 (Índice de Vulnerabilidade) trouxe como resultados 0 (paciente normal) com 5 indivíduos, 1-3

(paciente independente) com 5 indivíduos, 4-6 (parcialmente dependentes) com 2 indivíduos, 7-10 (muito dependentes) com nenhum registro.

As principais doenças confirmadas pelos idosos e reavaliadas pela equipe multidisciplinar foram: Déficit de Memória, Depressão, Artrose, Hipertensão arterial, Diabetes Mellitus, Rinite Alérgica, Histórico de quedas, Dor em Membros Inferiores, Dor em Membros Superiores e Artrose.

Por fim, dentre os Diagnósticos de Enfermagem registrados pelos alunos tem-se Capacidade de Autocuidado Preservada, Consciência Preservada e Memória Eficaz como os diagnósticos positivos. Já como diagnósticos negativos tem-se: Pressão Arterial Alterada, Sono Prejudicado, Apetite Prejudicado, Capacidade de Autocuidado Prejudicada, Consciência Prejudicada, Ansiedade, Baixa Autoestima Situacional, Atividade de Lazer Deficiente, Integridade da pele Prejudicada, Lesão do Pé Diabético, Dor Muscoesquelética.

Observa-se que a maior parte dos pacientes apresentam-se independentes e participativos no seu autocuidado, evidenciado pelo diagnóstico de enfermagem “Capacidade de autocuidado preservada”. Porém, observou-se que a patologia mais comum nesses idosos é a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), além das dores em membros inferiores tendo como consequência o aumento do risco de quedas nestes, sendo evidenciado pelos diagnósticos de enfermagem “Pressão Arterial Alterada” e “Dor Muscoesquelética”.

Diante disso, foram realizadas solicitações de exames laboratoriais (hemograma, glicemia de jejum, colesterol total e frações, triglicerídeos, TGP e TGO, sumário de urina e parasitológico de fezes) para avaliação e acompanhamento, encaminhamentos para especialistas médicos em casos de ajuste das doses de medicamentos das doenças crônicas, além de ações de educação em saúde focando no ensino dos pacientes sobre o autocuidado e controle em domicílio de suas patologias.

II GRUPO: Pessoas idosas advindas do Programa da UAMA/UEPB

Já dos idosos atendidos e encaminhados pelo Programa da UAMA, participaram do atendimento 33 indivíduos. Justifica-se para a inclusão desses nas consultas serem por voluntariedade e participação colaborativa junto ao projeto de extensão.

Do total de 33 idosos, 26 eram do sexo feminino e 7 do sexo masculino. Destes, evidenciou-se 22 indivíduos entre 60 e 74 anos, 8 entre 75-84 anos e 2 acima de 85 anos. A análise do VES 13 trouxe como resultados: 0 com 12 indivíduos, 1-3 com 18, 4-6 com 1, 7-10 com 2.

As patologias comunicadas e identificadas foram: Labirintite, Artrose, Hérnia de Disco, Dor Lombar, Dor em Membros Inferiores, Osteoporose, Asma, Rinite Alérgica, Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus, Hipotireoidismo, Insônia, Síndrome do Pânico, Transtorno Bipolar.

Por fim, como Diagnósticos de Enfermagem positivos tem-se: Capacidade de Autocuidado Preservada, Memória Eficaz, Autoestima Preservada. Porém como Diagnósticos de Enfermagem negativos obteve-se: Dor, Solidão, Risco de Depressão, Ansiedade, Isolamento Social, Problema de Relacionamento Familiar, Sono e repouso Prejudicados, Capacidade de Autocuidado Prejudicada, Dor musculoesquelética, Mobilidade Física Prejudicada, Fadiga, Visão Prejudicada, Risco de Quedas, Edemas, Ingestão de Alimentos Insuficiente, Pressão Arterial Alterada, Risco de Glicemia Instável.

Os pacientes aqui também se apresentam como independentes e participativos no seu autocuidado, evidenciado pelo diagnóstico de enfermagem “Capacidade de autocuidado preservada”. Porém, observou-se que a patologia mais comum nesses idosos é a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) isolada ou a HAS associada ao Diabetes Mellitus, sendo evidenciado pelo diagnóstico de enfermagem “Pressão Arterial Alterada” e “Risco de Glicemia Instável”. Outros diagnósticos mostraram-se comuns nestes pacientes, tais como: “Dor”, “Dor Musculoesquelética”, “Sono e Repouso Prejudicados” e “Fadiga”.

Ao final das consultas, da mesma maneira que foi realizada com o grupo anterior, foram realizadas solicitações de exames laboratoriais, encaminhamentos e ações de educação em saúde focando no ensino do autocuidado. Além disso, para este grupo promoveu-se discussões sobre alternativas não medicamentosas de controle da dor, além da elaboração de rotina junto ao paciente que contribuísse para a promoção do sono.

Por fim, o que se observa de pontos de semelhanças entre os dois grupos de idosos são: maior presença de mulheres, devido ao histórico de busca maior pelo autocuidado desse gênero; idosos entre 60-74 anos, VES apresentando-se como independentes, relacionando-se com a idade ainda não tão envelhecida; patologias crônicas são as mais comuns (HAS e DM) e diagnóstico de enfermagem “Dor musculoesquelética” presente em ambos que é um fator contribuinte para aumento do risco de quedas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o crescente progressivo do número de idosos na sociedade brasileira e mundial, torna-se necessário formular estratégias e ações que facilitem a interação e atuação da equipe de saúde frente a este público. Observa-se, portanto, que além das doenças crônicas não transmissíveis comumente diagnosticados nos indivíduos, estes apresentam outras necessidades que precisam ser avaliadas como os aspectos sociais e comportamentais.

Com isso, o projeto de extensão da UEPB trouxe uma visão ampliada de atenção a saúde que obedece as diretrizes da Política Nacional de Atenção a Pessoa Idosa, tratando-o como um indivíduo complexo e influenciado por diversos fatores que interferem no seu prognóstico, tratamento e autocuidado, além de possibilitar que o idoso seja copartícipe nas suas escolhas terapêuticas.

Durante todo o período de funcionamento no projeto, pôde-se partilhar momentos de construção de vínculo entre os graduandos e os idosos, além de permitir durante o atendimento que fossem feitas orientações em saúde, encaminhamentos, acompanhamentos e sugestões de atitudes não medicamentosas diárias que permitiram a melhora de seu estado patológico inicial, gerando, dessa forma, uma comunidade mais conscientizada sobre a sua saúde e futuros profissionais comprometidos com o população em sua integralidade.

REFERÊNCIAS

ALVAREZ, Ângela Maria; SANDRI, Juliana Vieira de Araujo. O envelhecimento populacional e o compromisso da enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília. V.72, n. 2, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v71s2/pt_0034-7167-reben-71-s2-0722.pdf>. Acesso em: 29 de março de 2020

BRASIL, Presidência da República. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Lei nº 9394 de 20 de Dezembro de 1996**. Brasília, DF: Ministério da Educação, 1996. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19394.htm>. Acesso em: 29 de março de 2020

BRASIL, Gabinete do Ministro. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. **Portaria nº 2528 de 19 de Outubro de 2006**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html>. Acesso em: 29 de março de 2020.

DESLANDES, Maria Sônia; ARANTES, Álisson Rabelo. A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. **Revista Sinapse Múltipla**, Minas Gerais. V. 6, n. 2, 2017. Disponível em:

<<http://seer.pucminas.br/index.php/sinapsemultipla/article/view/16489>>. Acesso em: 29 de março de 2020.

MENDES, Juliana Lindonor Vieira, *et al.* O Aumento da População Idosa no Brasil e o Envelhecimento nas Últimas Décadas: Uma Revisão da Literatura. **Revista Educação, Meio Ambiente e Saúde**, Minas Gerais. V. 8, n. 1, 2018. Disponível em: <<http://www.faculadedefuturo.edu.br/revista1/index.php/remas/article/view/165>>. Acesso em 27 de março de 2020.

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade da. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro.V. 19, n. 3, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n3/pt_1809-9823-rbgg-19-03-00507.pdf>. Acesso em 27 de março de 2020

PASSOS, Rômulo Silva. Manual de Enfermagem para concursos e residências. 1. ed. João Pessoa: Editora Brasileiro e Passos, 2018.

PIEXAK, diéssica Roggia, *et al.* Percepção de profissionais de saúde em relação ao cuidado a pessoas idosas institucionalizadas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro. V.15, n. 2, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232012000200003>. Acesso em: 28 de março de 2020

Em 2030, Brasil terá a quinta população mais idosa do mundo. **Jornal da USP**, São Paulo, 07 jul. 2018. Atualidades. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/em-2030-brasil-tera-a-quinta-populacao-mais-idosa-do-mundo/>>. Acesso em: 27 de março de 2020