



ABORDAGEM LÚDICA COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE E MAIOR ADEÇÃO DE IDOSOS AO GRUPO DE HIPERDIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Clara Franciely da Mota Sousa¹
Maria Adelaide Silva Paredes Moreira²
Thatiany Monteiro Coelho³
Lucas Claudino de Oliveira⁴
Carmem Silvia Laureano Dalle Piagge⁵

INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares correspondem a principal causa de morbimortalidade na população idosa brasileira, sendo a Hipertensão Arterial Sistêmica e o Diabetes Mellitus considerados os fatores de risco mais prevalentes para o agravamento desse cenário.

As condições de vida do idoso, predisõem o surgimento de diversos agravos à saúde, portanto é necessário que se reformulem serviços de saúde já existentes, visando uma melhor qualidade de vida do idoso e não ao aumento da sua expectativa de vida. (FURTADO et al., 2012).

A formação de grupos na atenção básica fundamenta-se no princípio da integralidade, sendo o HIPERDIA um espaço coletivo elaborado para dialogar visando a conscientização preventiva e curativa dessas doenças. A utilização de atividades lúdicas em ações grupais como estratégia de educação em saúde aos idosos propiciam resultados positivos na melhoria da qualidade de vida, fortalecimento de práticas saudáveis e maior aderência terapêutica.

Neste contexto, observa-se a necessidade da execução de ações educativas de fácil condução por meio de profissionais capacitados, que gerem resultados a curto prazo e melhorem a capacidade dos pacientes de autogerenciar suas doenças, adaptando essas práticas aos seus cotidianos, melhorando assim a qualidade de vida desses indivíduos. (MAGRI, S. et al; 2020)

¹ Mestranda do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia (PMPG) da Universidade Federal da Paraíba – UFPB , clara.mota@academico.ufpb.br ;

² Coordenadora e Professora do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia (PMPG) da Universidade Federal da Paraíba – UFPB maspm@academico.ufpb.br ;

³ Mestranda do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia (PMPG) da Universidade Federal da Paraíba – UFPB thatianycoelho@hotmail.com ;

⁴ Mestrando do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia (PMPG) da Universidade Federal da Paraíba – UFPB lucas.claudino@academico.ufpb.br ;

⁵ Orientadora e Professora do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia (PMPG) da Universidade Federal da Paraíba- UFPB carmem.piagge@academico.ufpb.br;



A importância dos espaços destinados ao público idoso que apresentam alguma doença crônica não transmissível revelou-se de fundamental importância para o estabelecimento e manutenção de sua saúde, levando em consideração que não se podem estabelecer ações direcionadas desvinculando-se do conceito de promoção da saúde, em que busca oferecer aos sujeitos a capacidade de modificarem os determinantes da saúde em benefício da qualidade de vida, já que, é preocupante, principalmente quando não há conhecimento da doença ou o uso correto dos medicamentos (MACHADO et al., 2017).

A educação em saúde apresenta-se como uma importante ferramenta para promoção da saúde auxiliando na mudança de práticas e hábitos, estimulando o autocuidado, permitindo uma maior adesão ao tratamento e melhorando o estilo de vida dos idosos.

Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi descrever a abordagem multiprofissional em uma atividade lúdica com idosos pertencentes ao grupo do HIPERDIA, de uma Unidade de Saúde da Família (USF) da cidade de Macaparana-PE.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

Trata-se de um relato de experiência com abordagem lúdica interativa realizada no grupo do HIPERDIA da USF Alvorada do município de Macaparana-PE.

O nosso espaço construtivo foi conduzido pelos profissionais da equipe multiprofissional (Enfermeira/Médica/ Cirurgiã Dentista /Técnica em Enfermagem / Auxiliar de Saúde Bucal / Agentes Comunitários de Saúde) e contou com a participação de 46 idosos com faixa etária entre 60-89 anos, sendo o encontro estruturado em três momentos :

- **Acolhimento** :Inicialmente foi guiado pela enfermeira, técnica em enfermagem e agentes comunitários de saúde que proporcionaram um espaço dinâmico para apresentação de todos os participantes, além da aferição da PA (Pressão Arterial) e glicemia capilar.
- **Intervenção lúdica**: Com o intuito de facilitar a compreensão durante a discussão do tema “Mitos e Verdades sobre a Hipertensão Arterial e a Diabetes”, planejamos uma atividade lúdica que foi intitulada “Abra o seu coração” sendo construída pelos profissionais da equipe .Este recurso pedagógico contava com uma caixa em formato de coração e várias chaves que continham mitos e verdades sobre a Hipertensão e Diabetes. Os participantes foram convidados a retirarem suas chaves e à medida que eles opinavam, os profissionais interviam esclarecendo dúvidas, mediando as trocas de vivências e possibilitando a construção de conhecimentos.

- Consolidação dos conhecimentos : A participação ativa dos usuários idosos durante o debate favoreceu a discussão de assuntos como: conceitos, sinais e sintomas, tratamento e, principalmente, formas de prevenção, com vistas a estimular a tomada de decisões conscientes e despertar a responsabilização da população idosa no processo saúde-doença,



Fig 1. Aferição da Pressão Arterial



Fig 2. Aferição da glicemia capilar



Fig 3. Equipe Multiprofissional



Fig 4. Intervenção Lúdica

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Hiperdia apresenta-se como uma ferramenta para instrumentalizar a prática de atendimento aos usuários idosos hipertensos e/ou diabéticos, sinalizando e proporcionando a geração de informes a respeito da situação de saúde, mapeamento dos riscos, com o intuito de potencializar a atenção à estas pessoas e reduzir as complicações das doenças

A representação de conceitos por meio da ludicidade , proporcionou uma ação mais compreensível e acessível, na medida em que foram associados as vivências relatadas pelos participantes, contribuindo para o estímulo a reflexão e aprendizado de forma agradável.

A intervenção inicialmente teve como intuito resgatar valores e atitudes acerca da Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus , reforçando a noção de que este meio corresponde a uma ferramenta importante no compartilhamento de experiências e conceitos já consolidados. Embasados nestes conhecimentos relatados , integramos a estratégia lúdica “Abra o seu coração” de cunho informativo que foi desenvolvida proporcionando noções básicas de saúde, mitos e verdades , além de enfatizarmos a importância de acompanhamento periódico .

Posto isso, é necessário destacar a importância da troca de saberes promovida pela roda de conversa entre os participantes e a equipe . Ao se trabalhar com os idosos apreende-se que é importante desenvolver atividades lúdicas e de fácil compreensão como forma de aumentar a inclusão dos mesmos.

Durante a abordagem foi possível identificar a participação ativa dos discentes , bem como a necessidade de estratégias e procedimentos que configurem boas práticas de educação em saúde direcionadas à pessoa idosa, visto que esse estímulo fomenta a construção compartilhada do conhecimento e conseqüente promoção do envelhecimento saudável .

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a atividade, pode-se observar que o conhecimento dos participantes idosos acerca dos cuidados ainda são considerados deficientes, sendo um desafio para os profissionais da equipe de saúde enquanto agentes facilitadores planejar novas estratégias educativas que despertem o interesse e importância da adesão ao tratamento.

Espera-se que o desenvolvimento desta ação de educação em saúde estimule o compartilhamento de informações que incentivem a corresponsabilização do indivíduo idoso no processo saúde-doença com realização de atividades criativas que favoreçam a participação dos sujeitos e compreensão do tema abordado.

Palavras-chave: Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes Mellitus, Atividade lúdica, Atenção básica, Idosos.



REFERÊNCIAS

ALVES, B.A. CALIXTO, A.A.T.F. Aspectos determinantes da adesão ao tratamento de hipertensão e diabetes em uma Unidade Básica de Saúde do interior paulista. **J Health Sci Inst**, São Paulo, v.30, n.3, 2012 ,255-260 p.

AZEVEDO A.M.G., SILVA D.O., GOMES L.O.S. Educação em saúde como ferramenta no conhecimento do usuário com hipertensão arterial. **Rev Enferm UFPE on line**. 11(8): 2017 ,.3279-89 p.

FURTADO, L. F. et al. Epidemiologia do envelhecimento: dinamização, problemas e consequências. São Paulo- SP: **Revista Kairós Gerontologia**, v.15, n. 2,. 2012. 55-69 p.

MACHADO, W. et al. Idosos com doenças crônicas não transmissíveis: um estudo em grupos de convivência. [S.l.]: **Portuguese ReonFacema**, v. 3, n. 2,. 2017,444-451 p.

MAGRI, S. et al. Programa de educação em saúde melhora indicadores de autocuidado em diabetes e hipertensão. RECIIS - **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, abr./jun. 2020, 386-40p.