



CONGRESSO NACIONAL
DE **ENVELHECIMENTO**
HUMANO



(83) 3322.3222
contato@cneh.com.br
www.cneh.com.br

A OSTEOPOROSE ABORDADA NAS ATIVIDADES EDUCATIVAS NA SAÚDE DOS IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Roberta de Carvalho Freitas¹; Larissa Hosana Paiva de Castro²; Luana Gislene Herculano Lemos³

¹Discente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG e-mail: roberta_freitas24@hotmail.com;

²Discente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG e-mail: laarissacaastro.lg@gmail.com;

³Docente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG e-mail: luanaa_cg@hotmail.com;

Resumo: Trata-se de um relato de experiência realizado por discentes do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) sobre as atividades educativas em saúde realizadas com um grupo de idosos e que abordaram a temática da osteoporose. A vivência surgiu dentre os dias 28, 30 e 31 de março e nos dias 04 e 06 de abril de 2016, durante o estágio prático da Disciplina de Saúde do Idoso, através de participações das atividades do grupo de idosos na Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF) do bairro Das Cidades, em Campina Grande-PB. Os discentes acompanharam a explanação sobre osteoporose, bem como as atividades físicas desenvolvidas na UBSF. Observou-se o quanto é válido esse tipo de metodologia educativa nos grupos com vulnerabilidades, sendo possível perceber a importância das informações aos idosos como estratégia de prevenção de agravos e da doença em si. Foi perceptível a influência do saber popular juntamente com o conhecimento técnico-científico carregado por os mediadores da ação. Diante do exposto, os profissionais da Atenção Básica devem procurar cumprir esse importante papel através da criação de vínculo e de métodos que fogem à rotina, atuando na promoção de saúde e redução de danos da osteoporose. Contribuindo assim, para uma vida autônoma e independente dos idosos ativos e presentes dentro do serviço.

Palavras-chave: Saúde do Idoso; Osteoporose; Qualidade da Assistência à Saúde.

INTRODUÇÃO

A população mundial vem envelhecendo nos últimos anos e com isso o aparecimento de algumas doenças, dentre elas a osteoporose, torna-se cada vez mais comum. Osteoporose é

(83) 3322.3222

contato@cneh.com.br

www.cneh.com.br

definida como doença sistêmica, gradativa, que resulta em reduzida massa óssea e deterioração da micro-arquitetura do tecido ósseo. Essa patologia acomete em maior prevalência o público acima de 60 anos (CARVALHO, FONSECA, PEDROZA, 2004).

Por ser uma doença de grande impacto, a sua alta prevalência contribui para elevar os índices de morbimortalidade. Segundo Gali (2001) a principal forma de tratamento da osteoporose é a prevenção, por isso, atividades educativas sobre a osteoporose tornam-se fundamentais para uma melhor qualidade de vida nos idosos.

As atividades educativas norteiam ações onde o bem comum e a promoção da saúde prevalecem. Essa prática demonstra-se eficaz principalmente quando se trata dos usuários na terceira idade, por ter papel fundamental na socialização de ideias e exercer o trabalho em grupo, o que por si só, pode representar novas perspectivas de convívio para a pessoa idosa (BRASIL, 2006).

Um programa ideal de atividade física com exercícios aeróbicos de baixo impacto, que fortalecem a musculatura, auxilia tanto a manutenção da massa óssea e prevenção da osteoporose quanto na redução de quedas. Essas atividades podem ser realizadas com idosos, que precisam de orientações de uma equipe multiprofissional (SANTOS; BORGES; 2010).

Alem disso, orientações verbais e educativas favorecem a percepção das formas de prevenção e tratamento da doença. Devido ao aparecimento gradativo da osteoporose, a falta de informações sobre essa patologia e sabendo que um dos fatores de risco é a idade avançada em ambos os sexos, decidiu-se acompanhar a realização de uma atividade educativa e física destinada a um grupo de idosos acompanhados por uma equipe de Saúde da Família.

O objetivo desse trabalho é, portanto, relatar a experiência de alguns acadêmicos do curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande frente a uma atividade educativa onde se abordou sobre osteoporose e enfatizar o quanto é válido esse tipo de metodologia inserida em grupos de idosos na Atenção Básica.

METODOLOGIA

Trata-se de uma experiência relatada decorrente da vivência em um estágio prático da disciplina de Saúde do Idoso, realizado na UBSF do Bairro das Cidades, do município de Campina Grande-PB, ocorrido dentre os dias 28, 30 e 31 de março e nos 04 e 06 de abril de 2016.

As discentes do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) estiveram presentes e atuantes, por três turnos, nas atividades do grupo de idosos. Nos dias supracitados as discentes estiveram inseridas no serviço,

participando das atividades vigentes e levaram para dentro do serviço algumas atividades educativas sobre osteoporose.

O trabalho em questão tem embasamento científico para as reflexões propostas, respeitando os preceitos éticos da resolução 466/12. A experiência relatada tem grande relevância abordar o papel da troca de informações na promoção da saúde, bem como relatar a importância de se discutir sobre osteoporose nos grupos de idosos.

As palavras-chave utilizadas para o relato foram: Saúde do Idoso; Osteoporose; Qualidade da Assistência à Saúde

RELATO DE EXPERIÊNCIA

No decorrer da realização das atividades propostas pela disciplina notou-se a relevância de abordar temática osteoporose, contribuindo para um envelhecimento ativo e bem sucedido. Para que o envelhecimento seja considerado uma experiência bem sucedida pode-se analisar as condições de autonomia e de funcionalidade, bem como a ausência de enfermidade (CIVINSKI e MONTIBELLER, 2011).

Os primeiros dias de estágios foram fundamentais para a visualização de que a prática regular de exercícios físicos é aspecto fundamental no processo de implantação de um programa específico para a promoção da saúde de pessoas da terceira idade e na prevenção de doenças relacionadas ao envelhecimento.

Estudos apontam que a osteoporose vai afetar os indivíduos acometidos de forma negativa, seja em relação à qualidade de vida, a realização das atividades de vida diária entre outros inúmeros fatores (VILELA; CURY; RIBEIRO, 2016). A partir da experiência vivenciada foi possível observar a importância de levar informações aos idosos como estratégia de prevenção de agravos e da doença em si através de uma atividade educativa. Considerando a pouca popularidade da osteoporose e da divulgação em relação aos meios de prevenção tornou-se válida a ideia de abordar a temática nessa determinada população.

Para JUNIOR et al. (2013), a aplicação da abordagem eminentemente preventiva na prática diária deve reduzir de forma expressiva, além do custeio, os graves desdobramentos decorrentes da conduta observacional, passiva e curativa.

Quando implantada dentro do serviço em questão, ao qual se foi vivenciada, notou-se que o feedback relacionado a troca de saberes quanto a temática envolvida foi positivo. A população alvo naquele momento foi cooperativa no processo do início ao fim, assim como afirma FERREIRA e SOARES (2015) que não se deve pensar que estas atividades perpassem apenas como dizeres e falas, mas devem ter significados reais para as pessoas que as escutam,

para que assim facilite o acesso à informação e a educação de como lidar com as situações diárias vivenciadas pela população.

A experiência é de caráter positivo para ambas as partes envolvidas no processo, quanto no que se refere aos acadêmicos envolvidos responsáveis por guiar o processo assim como a população alvo na referida ação. Com isso sela-se o poder da promoção da saúde apresentando aos usuários uma forma de fazer saúde diferente, de forma dinâmica, clara desmistificando o conceito da medicina curativa ainda presente como aquele que intervém apenas no processo saúde-doença, a partir da ação desenvolvida mostrou-se uma nova visão desde o processo de prevenção até o adoecimento.

Foi perceptível a influência do saber popular juntamente com o conhecimento técnico-científico carregado por os mediadores da ação. Fortalecer o vínculo entre profissionais e usuários, corrigindo a imagem daquele que detém o saber é apenas o profissional atuante no território, evidenciando que a construção do processo de promoção da saúde é partilhado quando ambos esclarecem sobre os fatos e realidades enfrentados.

Desse modo, trabalhar a temática da osteoporose em atividades educativas permitiu ampliar o conhecimento dos idosos e facilitou a adesão de práticas corretas para promoção da saúde e prevenção do agravo.

CONCLUSÃO

Observou-se que a atividade educativa permitiu à eficácia na ação da prevenção e reabilitação da osteoporose. Desde a forma, a troca de conhecimentos a cerca do assunto em rodas de conversa, os devidos esclarecimentos de algumas dúvidas levantadas, bem como a realização de atividades físicas adequadas garante melhor qualidade de vida ao idoso, promovendo o envelhecimento ativo.

As informações nas atividades educativas são disseminadas facilmente e para uma maior quantidade de pessoas, trazendo um certo impacto para cada participante.

Diante do exposto, os profissionais da Atenção Básica devem procurar cumprir esse importante papel através da criação de vínculo e de métodos que fogem à rotina atuando na promoção de saúde, prevenção da osteoporose e contribuindo para uma vida autônoma e independente com usuários ativos e presentes dentro do serviço.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica .Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CARVALHO, C. M. R.G; FONSECA, C. C. C; PEDROSA, J. I. Educação para a saúde em osteoporose com idosos de um programa universitário: repercussões. **Cad. Saúde Pública**. Rio de Janeiro, vol 20, n.3, p.719-726, 2004.

CIVINSKI, C; MONTIBELLER, A; BRAZ, A. A importância do exercício físico no envelhecimento. **Revista da Unifebe**. Santa Catarina, vol. 09, p.163-175, 2011.

DAWALIBI, N; et al. Envelhecimento e qualidade de vida: análise de produção científica. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 30, n. 3, Jul/Set, 2013.

FERREIRA, O; et al. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 21, n.3, p. 513-518, 2012.

GALI, J.C; Osteoporose. **Acta Ortop Bras**. São Paulo, vol 09, n.2, p.3-12, 2001.

JUNIOR, C; et al. Considerações sobre custo-benefício nas políticas de saúde: tratamento curativo versus o preventivo da osteoporose. **Saúde Soc**, São Paulo, v.22, n. 4, p. 1132-1144, 2013.

SANTOS, M. L; BORGES, G. F; Exercício físico no tratamento e prevenção de idosos com osteoporose: uma revisão sistemática. **Fisioter Mov**. Manaus, vol 23, n.2, p.289-99, 2010.

TEIXEIRA, L; et al. Efeitos do exercício na redução do risco de quedas em mulheres idosas com osteoporose. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 13, 2013.

VILELA, P; CURY, G; RIBEIRO, L. Atividade física de idosos e a promoção de saúde nas unidades básicas. **Trab. Educ. Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p.1-49, 2016.