

ENVELHECIMENTO E SAÚDE: PROMOÇÃO DE UM GRUPO DE IDOSOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Mariana Messias do Amaral ¹

Joana Marques Maia Souza ²

Zilmara dos Santos Luis ³

Natália Sevilha Stofel ⁴

Geórgia Fagundes Marinho da Silva ⁵

Juliana Lopes De Macedo ⁶

Resumo:

O processo de envelhecimento é, frequentemente, concebido por uma série de mudanças biopsicossociais negativas que envolvem mudanças fisiológicas no corpo dos indivíduos, e, à dissolução dos vínculos sociais e da rede de apoio e uma piora na esfera econômica devido às aposentadorias insatisfatórias. Estes fatores fazem com que a população idosa se encontre em uma situação de maior vulnerabilidade, colocando em relevo a necessidade de formulação de estratégias que tenham como objetivo a promoção de um processo de envelhecimento saudável. Nesse contexto a Estratégia Saúde da Família (ESF) surge como um espaço privilegiado para refletir sobre a saúde e a qualidade de vida dos idosos. Diante do que foi exposto, o presente trabalho tem como objetivo contribuir para a promoção da saúde de idosos adscritos em uma Estratégia de Saúde da Família da cidade de Uruguaiana, RS. Busca-se, desta forma, apoiar os encontros de educação em saúde para idosos promovidos pela Estratégia de Saúde da Família e promover um intercâmbio de saberes entre a universidade e a Estratégia de Saúde da Família. A ação de extensão realizada na Estratégia de Saúde da Família insere-se na proposta de grupos operativos, os quais se definem como um conjunto de pessoas com um objetivo comum, que opera e se estrutura à medida que se relaciona (FORTUNA, MISHIMA, MATUMOTO e PEREIRA, 2005). Desta forma, foi criado um Grupo de Idosos que é desenvolvido pelos estudantes do curso de medicina e pela equipe da unidade da Estratégia de Saúde da Família 15 (ESF), no município de Uruguaiana. Serão realizados quatro encontros em locais estratégicos do bairro onde se localiza a ESF. Até o momento foram realizadas duas ações no âmbito do Grupo de Idosos, uma cuja temática foi o autocuidado e auto medicação e outra sobre alimentação saudável. Conclui-se que as atividades propostas, bem como os questionamentos e as reflexões levantadas pelas palestras promovidas no Grupo revelaram o quanto as atividades foram benéficas e corroboraram para um aumento da qualidade de vida dos idosos e, ainda, agregou conhecimentos e os capacitou para compreenderem melhor essa etapa de suas vidas. Por outro lado, identificamos algumas fragilidades durante a execução do Projeto. Merece destaque a baixa participação da equipe médica no Grupo de Idosos. Além disto, a alta demanda de trabalho na ESF e a falta de infraestrutura adequada compromete a realização dos Grupos de Idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento, Promoção e Educação em Saúde, Estratégia de Saúde da Família

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

ENVELHECIMENTO E SAÚDE: PROMOÇÃO DE UM GRUPO DE IDOSOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

¹ Aluno de graduação. messias.mariana06@gmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. joanamaiaams@gmail.com. Co-autor

³ Aluno de graduação. luiszilmara@gmail.com. Co-autor

⁴ Docente. naty.stofel@gmail.com. Co-autor

⁵ Aluno da graduação. gfagundesmarinhodasilva@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. julianamacedo@unipampa.edu.br. Orientador

ENVELHECIMENTO E SAÚDE: PROMOÇÃO DE UM GRUPO DE IDOSOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

1 INTRODUÇÃO

No passado, a velhice era caracterizada de forma positiva pela sociedade ocidental, representando autoridade e sabedoria e até quem era jovem poderia recorrer a cosméticos vendidos na farmácia para aparentar ter mais idade (DEBERT, 2010). É verdade que a expectativa de vida era bem menor do que nos dias de hoje. Dessa maneira, observa-se nas últimas décadas um aumento significativo da expectativa de vida no Brasil e no mundo - estima-se que em 2025 o Brasil possua a sexta maior população de idosos do mundo (LEANDRO-FRANÇA e MURTO, 2014).

Nos dias de hoje, porém, o que é valorizado pela sociedade ocidental é, justamente, a juventude. Percebe-se um alargamento das faixas etárias que definem jovens, além do desenvolvimento de diversos artifícios, como tratamentos médicos e estéticos, por exemplo, para aparentar ser jovem por muito mais tempo. Nesse cenário, o processo de envelhecimento é concebido por uma série de mudanças biopsicossociais negativas que envolvem mudanças fisiológicas no corpo dos indivíduos, e, à dissolução dos vínculos sociais e da rede de apoio e uma piora na esfera econômica devido às aposentadorias insatisfatórias (FALLER, MELLO, VERSA, MARCON, 2010). Estes fatores fazem com que a população idosa se encontre em uma situação de maior vulnerabilidade, colocando em relevo a necessidade de formulação de estratégias que tenham como objetivo a promoção de um processo de envelhecimento saudável (LEANDRO-FRANÇA e MURTO, 2014). Do ponto de vista do Estado, é importante destacar que o aumento da expectativa de vida representa um crescimento substancial nos gastos com saúde pública "...devido às doenças crônicas e enfermidades complexas típicas da idade, que perduram por longos anos, exigindo cuidados contínuos, atendimentos especializados e internações" (FALLER, MELLO, VERSA, MARCON, 2010: 804).

Nesse contexto a Estratégia Saúde da Família (ESF) surge como um espaço privilegiado para refletir sobre a saúde e a qualidade de vida dos idosos. A ESF foi instituída em 1994 pelo Ministério da Saúde com o objetivo de modificar o modelo assistencial até então vigente que se baseava em um modelo de assistência à saúde voltado às ações individuais e curativas de alto custo, centradas nas consultas médicas (TAHAN e CARVALHO, 2010). Dessa forma, os profissionais da saúde precisam formular estratégias a fim de promover a saúde do idoso e fazer com que o envelhecimento seja saudável e ativo, como preconizado nas políticas públicas de saúde. A promoção da saúde visa a diminuição da vulnerabilidade e dos riscos à saúde da população por meio da participação e controle social (MALMANN, GALINDO NETO, SOUZA e VASCONCELOS, 2014).

Considerando os aspectos abordados acima, o presente trabalho tem como objetivo contribuir para a promoção da saúde de idosos adscritos em uma Estratégia de Saúde da Família da cidade de Uruguaiana, RS. Busca-se, desta forma, apoiar os encontros de educação em saúde para idosos promovidos pela Estratégia de Saúde da Família e promover um intercâmbio de saberes entre a universidade e a Estratégia de Saúde da Família.

2 METODOLOGIA

A ação de extensão realizada na Estratégia de Saúde da Família insere-se na proposta de grupos operativos, os quais se definem como um conjunto de pessoas com um objetivo

comum, que opera e se estrutura à medida que se relaciona (FORTUNA, MISHIMA, MATUMOTO e PEREIRA, 2005). Desta forma, foi criado um Grupo de Idosos que é desenvolvido pelos estudantes do curso de medicina e pela equipe da unidade da Estratégia de Saúde da Família 15 (ESF), no município de Uruguaiana. Serão realizados quatro encontros em locais estratégicos do bairro onde se localiza a ESF. As temáticas a serem desenvolvidas foram elencadas pela equipe da unidade a partir da observação sobre as necessidades e demandas da população idosa adscrita, sendo elas: autocuidado, automedicação, saúde bucal, alimentação, quedas, depressão e isolamento social.

3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

A ação de extensão ainda está sendo desenvolvida, portanto, até o momento, foram realizados dois encontros os quais tiveram como tema: automedicação e alimentação. Ambos foram realizados em uma paróquia próxima a ESF devido à sala de espera da ESF estar sendo ocupada com outras atividades, nos mesmos dias. Ambos os encontros contaram com a presença de quinze idosos, predominando a participação das mulheres no Grupo.

Durante o primeiro encontro foi abordada, pelos alunos de Medicina pertencentes ao projeto, de maneira didática e com o auxílio de PowerPoint e vídeos ilustrativos, a importância de consultar um profissional de saúde antes de automedicar-se e quais consequências poderiam ocasionar dessa ação. Após, houve um espaço para debate e esclarecimento das dúvidas dos participantes sobre o assunto. Ao final desse primeiro momento, pôde-se perceber que as questões dos idosos sobre o tema foram sanadas e que a participação deles no grupo gerava bem-estar coletivo por estarem participando de maneira ativa na construção da melhora de sua saúde. Ao longo do segundo momento da atividade, por fim, os alunos realizaram a entrega da Carteira de Saúde do Idoso aos participantes e, aproveitaram a oportunidade para esclarecer a importância do preenchimento da mesma e de eles se apropriarem das informações sobre a sua saúde.

O segundo encontro realizado abordou o tema "Alimentação saudável na terceira idade" e contou com o suporte de duas nutricionistas pertencentes ao Programa de Residência Multiprofissional da UNIPAMPA, além da equipe da Estratégia de Saúde da Família e de estudantes do curso de medicina. Foi realizada uma palestra intitulada "Os 10 passos para uma alimentação saudável". Houve uma ampla participação dos idosos durante a palestra, com a possibilidade de esclarecimento de dúvidas sobre alimentação. A fim de estimular um grupo de convivência, ao final da palestra as estudantes do curso de medicina promoveram um jogo de bingo entre os idosos participantes, o que proporcionou um momento de lazer e interação entre os idosos e a equipe do projeto. Ainda serão realizadas duas ações no âmbito do Grupo de Idosos que versarão sobre os temas "prevenção à quedas" e "isolamento social".

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, conclui-se que as atividades propostas, bem como os questionamentos e as reflexões levantadas pelas palestras promovidas no Grupo revelaram o quanto as atividades foram benéficas e corroboraram para um aumento da qualidade de vida dos idosos e, ainda, agregou conhecimentos e os capacitou para compreenderem melhor essa etapa de suas vidas.

Por outro lado, identificamos algumas fragilidades durante a execução do Projeto. Merece destaque a baixa participação da equipe médica no Grupo de Idosos, o que pode ser reflexo de uma formação profissional centrada quase que exclusivamente nos aspectos

biológicos e individuais do processo saúde-doença. Além disto, a alta demanda de trabalho na Estratégia de Saúde da Família e a falta de infraestrutura adequada compromete a realização dos Grupos de Idosos, que ainda não foram incorporados como uma atividade permanente da Estratégia a exemplo dos Grupos de Hipertensão e de Gestantes.

REFERÊNCIAS

DEBERT, G.G. A dissolução da vida adulta e a juventude como valor. **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, v. 34, p. 49-70, 2010.

FALLER, J.W.; MELLO, W.A.; VERSA, G.L.G.S.; MARCON, S.S. Qualidade de vida de idosos cadastrados na Estratégia de Saúde da Família de Foz do Iguaçu-PR. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 4, p. 803-810, 2010.

FORTUNA, C. M.; MISHIMA, S. M.; MATUMOTO, S.; PEREIRA, M. J. B. O trabalho de equipe no programa de saúde da família: reflexões a partir de conceitos do processo grupal e de grupos operativos. **Rev Latino-am Enfermagem**, Rio Preto, v. 13, n. 2, p. 262-268, 2005.

LEANDRO-FRANÇA, C.; MURTO, S.G. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 34, n. 2, p. 318-329, 2014.

MALMANN, D. G.; GALINDO NETO, N. M.; SOUZA, J. C.; VASCONCELOS, E. M. R. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2014.

TAHAN, J.; CARVALHO, A.C.D. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde e Soc.**, São Paulo, v. 19, n. 4, p. 878-888, 2010.