

RELATO DE EXPERIENCIA SOBRE UMA AÇÃO EDUCATIVA VOLTADA PARA OS IDOSOS NA UNIDADE DE SAUDE DÓ GUAMA

Marcela Barbosa Jaques¹; Dirce Nascimento Pinheiro²; Kellen Crislene Campos de Barros³; Josivani Maia Ferreira³; Jucilene Gonçalves Moura³

¹Acadêmica de Enfermagem; ²Enfermeira Doutora em Doenças Tropicais; ³Acadêmicas de Enfermagem

marcelajqs@hotmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial e no Brasil as modificações se dão de forma radical e bastante acelerada. As projeções mais conservadoras indicam que em 2020 já seremos o sexto país do mundo em número de idosos, com um contingente superior a 30 milhões de pessoas. “Envelhecer pode ser definido como um processo de desgaste, alterações biológicas, e não como uma doença que provoca a deterioração do organismo maduro, tornando-o progressivamente incapaz de cumprir com as funções fisiológicas básicas”. Uma maneira divertida de prevenir doenças que afetam os idosos é realizando ações que os movimentem estimulando o corpo e a mente, onde os mesmos participem de diversas brincadeiras e interajam entre si, fazendo novas amizades, visando ajudar e reintegrar essas pessoas na sociedade. Além disso, os movimentos que são pedidos nas dinâmicas e nas brincadeiras ajudam na coordenação e no equilíbrio. **Objetivo:** Estimular os sentidos, promover a integração e a coordenação motora dos idosos. **Descrição da experiência:** Foi realizada uma gincana e uma conversa educativa entre os acadêmicos de enfermagem junto ao público alvo, que é o grupo de idosos, onde foi realizada uma atividade com palestra e gincana, em que a primeira apresentará as limitações e os esforços na terceira idade. A gincana consistirá no uso de tecnologia leves, no qual o grupo será dividido em duas equipes A e B, sendo que cada um terá um representante sorteado para responder a determinada pergunta sobre o tema exposto na palestra. Em caso de erro o participante pagará uma “prenda” e o respectivo grupo não somará pontuação. A equipe vencedora ganhará rosas como brindes. **Resultados:** A participação satisfatória do grupo de idosos, que durante a conversa se mostraram bastante participativos, expondo suas opiniões sobre o tema abordado. Quanto à gincana, foram realizados os sorteios para a realização das perguntas e respostas. A primeira prenda foi ‘o boliche’ onde a finalidade era derrubar uma garrafa pet com a bola. A segunda foi ‘o gol’ em que era preciso jogar a bola por entre as pernas de uma das discentes. A terceira foi ‘o sincronismo do jornal’ em que não poderia danificar o jornal, realizando três manobras ditas pela apresentadora. A quarta era ‘a cesta’ de basquete em que duas discentes formavam a cesta com as mãos dadas compondo um círculo e os idosos tinham que acertar a bola nessa cesta. A quinta consistia num desfile caracterizado da atual presidente e a última foi à dança de carimbó. Para desempate foi feito um concurso de maquiagem em que duas acadêmicas se voluntariaram para serem maquiadas pelo brincante. A equipe vencedora ganhou os brindes. **Conclusão:** Trabalhar com idosos não é algo fácil, pois os mesmos possuem particularidades que precisam ser respeitadas, como suas limitações físicas e mentais, e essa experiência vivida pelos discentes demonstram que idosos não são seres tão limitados e parados, eles interagem de acordo com que seu corpo manda. São pessoas cheias de vida e experiência que oferecem e somam na vida de cada um que tem a oportunidade de conhecê-los. Numa conversa pode-se aprender muito e numa dinâmica pode se realizar uma análise bastante enriquecida.

Referência:

FONSECA, F B R; FRIZON M L. **Construção de instrumentos para avaliação sócio-funcional em idosos.** *Texto contexto – enferm*, vol.17, no.2, p.365-373. ISSN 0104-0707. Jun, 2008. Acesso em: 21 de mar. De 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/cgi-bin/wxis.exe/iah/>