

O EMPODERAMENTO DO CUIDADO DA POPULAÇÃO IDOSA AMAZÔNIDA

Vanessa Alessandra Freitas de Moraes¹; Fabianne de Jesus Dias de Sousa²; Kellven Rivas de Oliveira Pardaul³; Bárbara Rodrigues Gadelha⁴

¹Graduando, Faculdade Integrada Brasil Amazônia (FIBRA);

²Mestre em Enfermagem, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP);

³Graduando, FIBRA;

⁴Graduando, FIBRA

vanessaafmsaude@gmail.com

Introdução: O envelhecimento populacional está diretamente relacionado a transição demográfica, bem como, a mudança no perfil saúde-doença, aumento do poder econômico, advento das técnicas contraceptivas, com o declínio da taxa de fecundidade e aumento da expectativa de vida da população. Tal fenômeno nos mostra a necessidade de reorganização do Sistema Único de Saúde para o atendimento e prestação de cuidados específicos a este novo perfil populacional. Para se obter um bom prognóstico, é necessário o profissional buscar uma relação de “confiança – empatia” com o idoso (1). A busca pela interação social torna o indivíduo idoso mais integrado na sociedade. O que está em jogo na velhice é a autonomia, ou seja, a capacidade de determinar e executar seus próprios desígnios e vontades. Chegar a uma idade avançada com capacidade de gerir sua própria vida e determinar quando, onde e como se darão suas atividades de lazer, convívio social e trabalho. Um tratamento bem sucedido e o convívio social mantêm sua autonomia e a torna uma pessoa idosa saudável. Portanto a Organização Mundial da Saúde lançou políticas do envelhecimento ativo que visam a otimizar a saúde, a participação e a segurança, de modo a melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem (2). O grupo é um espaço privilegiado da rede de apoio e um meio para a discussão das situações do cotidiano sendo este constituído por membros que possuem interesse em temas comuns. O grupo permite descobrir potencialidades e trabalhar a vulnerabilidade, elevando conseqüentemente a auto estima. Este tipo de trabalho possibilita a ampliação do vínculo entre equipe e o idoso, constituindo um espaço complementar a consulta individual, oferecendo orientação e desenvolvendo educação em saúde, além de ser um ambiente para a troca de informações (3). **Objetivos:** Descrever a participação do idoso no cuidado prestado pelo profissional de saúde buscando estimular a interação social da pessoa idosa com os demais membros da sociedade **Descrição da Experiência:** A experiência vivenciada ocorreu em Unidade Básica de Saúde (UBS) do Município de Belém/PA, no período do mês de junho do ano de 2017, onde participaram 7 idosas pertencentes a um grupo de idosos recentemente criado por um Enfermeiro preceptor de estágio curricular a fim de desenvolver ações em saúde. Foram realizados 2 encontros semanais com este grupo, em um espaço cedido por uma igreja localizada em frente a Unidade Básica de Saúde, com início previsto para o horário 8:30 horas e término por volta do horário de 10:00 horas em que a abordagem inicial era um alongamento físico leve com uma caminhada de 10 minutos. Posteriormente era realizada a formação de uma roda de conversa, cujo objetivo era manter uma interação social entre as participantes e discutir assuntos relevantes para a saúde da pessoa idosa. Em um segundo momento realizava-se uma dinâmica, buscando a comunicação entre o grupo e verificar se houve a fixação do tema discutido previamente na roda de conversa. O terceiro e último momento era dedicado a oferta de um lanche singelo e que contemplasse as peculiaridades alimentares das idosas ali presentes. No 1º encontro a roda de conversa que foi realizada abordou a temática: Convivendo com a Diabetes, na qual discutimos sobre qual a repercussão da Diabetes

na vida da pessoa idosa, a gincana realizada foi nomeada Mito x Verdades, em que eram feitas perguntas sobre o que foi discutido em relação a Diabetes, e as participantes jogavam se era Mito ou Verdade através de um plaquinha que foi confeccionada. Para finalizar este 1º encontro foi ofertado um lanche singelo. No 2º encontro falamos sobre os 10 Passos para uma Alimentação Saudável aplicada a realidade do Paraense, após a roda de conversa, realizamos a dinâmica Jogo da Alimentação saudável que é semelhante a um jogo de tabuleiro, mas em uma escala maior, onde cada “casa” foi identificada e fixada no chão, utilizava-se um dado para ver quantas “casas” iriam andar, sendo que no percurso existiam algumas surpresas, que acabavam por divertir quem estava participando da dinâmica. No final deste segundo encontro foi demonstrado como se faz o suco verde, os ingredientes utilizados foram: couve, abacaxi, maçã e limão estes foram processados no liquidificador e distribuídos para as idosas. **Resultados:** Nestes 2 encontros realizados notou-se baixa adesão dos idosos do sexo masculino, pois o público participante foi predominantemente do sexo feminino. Durante a realização destas atividades o vínculo entre as idosas foi sendo firmado e estabelecido, além da confiança que as mesmas começaram a ter com a equipe que desenvolvia o trabalho. O olhar de esperança, o sorriso de felicidade, as palavras de carinho e agradecimentos pelos momentos de atenção ofertados por parte da equipe representavam a satisfação da idosas em participar do grupo. As mulheres idosas mostraram-se interessadas e relataram “ansiedade” para o próximo encontro semanal. As filhas e acompanhantes que ficavam responsáveis de ir buscar algumas idosas, também informaram que durante a semana e até o próximo encontro, as idosas referiram o quanto estão gostando de participar do grupo, e como se sentiam mais dispostas para a realização das Atividades Básicas e Instrumentais de vida diária. Tal fato nos leva a compreender que os resultados aos poucos são gratificantes, devido a adesão e o envolvimento das participantes no projeto, pois as mesmas relatam estar convidando outras pessoas para participar do encontro semanal, afim de aumentar e fortalecer o grupo. **Conclusão ou Considerações Finais:** O cuidado à população idosa deve ser estimulado por meio de ações que promovam o empoderamento do seu cuidar. O idoso deve ser estimulado em ações, como as rodas de conversas, que promovam o protagonismo do idoso em seu cuidar pois quando são envolvidos se têm o aumento do vínculo profissional-idoso consequentemente melhora da qualidade de vida.

Descritores: Envelhecimento, Cuidados, Enfermagem.

Referências:

1. Nasri F. O envelhecimento populacional no Brasil. Einstein, São Paulo, 6 (Supl 1): S4-S6.2008. Disponível em: <http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/833-Einstein%20Suplemento%20v6n1%20pS4-6.pdf>
2. Vidmar MF, Poltuskí AP, Sachetti A, Silveira MM, Wilbelinger LM. Atividade Física e Qualidade de Vida em Idosos. Revista Saúde e Pesquisa, v. 4, n. 3, p. 417-424, 2011. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/viewFile/1714/1394>
3. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília : Ministério da Saúde, 2006. 192 p. il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 19)