

A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO FATOR DE EMPODERAMENTO A UM GRUPO DE IDOSOS: PELO OLHAR DE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

Eliseu da Silva Vieira¹; Stelacelly Coelho Toscano de Brito²; Daiane de Souza Fernandes³; Elielson Paiva Sousa⁴; Renata Ewillyn de Sousa Alves⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Especialização em Urgência e Emergência, UFPA;

³Mestrado em Enfermagem, UFPA;

⁴Graduando, UFPA;

⁵Graduando, UFPA

lzuveira97@gmail.com

Introdução: Sabe-se que a alimentação é determinada pelas preferências individuais de cada pessoa, sendo, porém, influenciada por fatores socioculturais e psicológicos que estão intimamente ligados aos valores pessoais, instigados pelo meio ambiente, história individual e personalidade de cada um, na qual nem sempre as decisões tomadas por determinados alimentos estão baseadas em reflexões conscientes, mas também em automáticas e subconscientes, levando o ato de se alimentar ser multifatorial, fazendo com que as necessidades de suprir os desejos alimentares e necessidades fisiológicas possam ser social ou cultural¹. Na época junina os hábitos alimentares tenderam-se a sofrer mudanças culturais pelo período junino, onde a prevalência pelo consumo alimentar estava sobre alimentos hipercalóricos como: o milho e seus derivados (canjica; pipoca; mingau, bolo de milho ou fubá; pamonha e cuscuz), além de amendoim torado, paçoca doce, pé de moleque, bolo de mandioca, coco ou nega maluca, maça do amor, cachorro quente, batata doce e quentão², todos muito ricos em carboidratos, nutriente, quando em excesso, torna-se complicador de doenças, tais como a diabetes mellitus na qual parte dos idosos do grupo eram portadores da referida doença, por isso a necessidade de realizar uma educação em saúde sobre os riscos de uma má ou exagerada alimentação nas festas as quais eles iriam frequentar, tendo em vista que eram idosos ativos e gostavam de frequentar variados espaço para diversão.

Objetivos: Demonstrar a importância da educação em saúde por meio da aplicação de uma tecnologia leve-dura em uma dinâmica desenvolvida a um grupo de idosos.

Descrição da Experiência: Trata-se de um relato de experiência vivenciado por um grupo de acadêmicos do 3º semestre durante uma ação de educação em saúde desenvolvida na prática da atividade curricular: Atenção Integral à Saúde do Adulto e Idoso, uma importante componente na formação do enfermeiro na diretriz curricular do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Pará. A ação foi desenvolvida no mês de junho de 2017, com grupo de Extensão Idoso Saudável, na qual ocorreu na Unidade Lar Fabiano de Cristo, no município de Belém-Pará. Sobre o projeto, o Idoso Saúde é realizado mensalmente tendo como participantes idosos cadastrados na Unidade Básica de Saúde do Guamá. Dentre as atividades no mês de junho, percebeu-se, pelo grupo, a necessidade de conversar sobre alimentação saudável, em vista não somente das frequentes festas de São João que o grupo de idosos frequentavam, mas também da falta de informações que parte deles tinham sobre como ter e manter uma alimentação de qualidade. O período junino foi excelente e serviu, nesse contexto, de facilitador de maior contato entre as partes para que se pudesse adentrar a este campo tão vasto, mas de extrema importância devido os enormes agravantes na saúde por não se ter uma boa alimentação, levando-nos a desenvolver uma dinâmica a partir da produção de um plano de ação com um planejamento antecipado e a elaboração de uma tecnologia leve-dura denominada “árvore da alimentação junina”, elaborada a partir de papel crepom como tronco e balões como

galhos e folhas, fixadas com fita durex em uma folha de papel 40 kg no flip chart, onde dentro de cada balão, continha uma afirmação a respeito de um alimento característico da época citada que necessitavam ser caracterizadas como verdadeiras ou falsas, devendo ter um porquê a cada respostas dos idosos selecionado, para isso, eles foram organizados em um círculo em volta do flip chart onde todos deveriam dançar conforme a música de quadrilha colocada por um integrante do grupo que ao selecionar um idoso para participar da dinâmica por meio de um convite para dançar ao meio do círculo, a música era pausada e o participante pegava um palito e estourava o balão, tendo que dizer verdadeiro ou falso e o porquê da afirmação, após o relato, um acadêmico do grupo reforçava a resposta com o conhecimento científico, iniciando o ciclo novamente até que todos os balões fossem estourados. Lave lembra que todas as dúvidas surgidas no decorrer da dinâmica, foram solucionadas de forma objetiva e clara pelo grupo, além de ser levantados outros tópicos, além de alimentação, como a importância de uma boa hidratação e a precaução para o risco de quedas nesses movimentos. **Resultados:** Foi extremamente gratificante ao grupo perceber o envolvimento dos idosos na atividade recreativa e que a tecnologia desenvolvida e aplicada na dinâmica foi de fundamental importância para a interação do grupo de idosos com os acadêmicos e que a troca de saberes estruturados científico e também empírico entre as partes foi, com certeza, estabelecida e mais que satisfatória, haja vista que a aceitação e participação foi praticamente unânime, exceto por uma idosa conviver com labirintite e, por isso, não pode participar diretamente da dinâmica. Foi notório tanto na avaliação dos acadêmicos quanto a dos idosos o reflexo positivo mediante o desenvolvimento da ação educativa em um parâmetro de boa a excelente, pois foi além de propiciar uma intimidade maior entre o grupo, a nível da equipe acadêmica, como pede uma tecnologia leve, a ação também possibilitou troca de saberes estruturados de forma interativa e diferenciada, afastando-se de concepções tradicionais e provocando um empoderamento aos participantes, esclarecendo suas dúvidas e formando disseminadores de informações confiáveis como pede uma tecnologia leve-dura. **Conclusão ou Considerações Finais:** A participação envolvente do grupo na dinâmica executada, demonstrou a importância da criação e implementação de ideias e tecnologias simples e baratas, mas que buscam ampliar o conhecimento aplicado, sendo fundamentais para proporcionar a prevenção, o diagnóstico, o tratamento e a reabilitação da saúde³, garantindo cada vez mais qualidade de vida as pessoas beneficiadas por elas. Tal experiência nos possibilitou como acadêmicos perceber a importância da utilização destas práticas como instrumento potencializador de cuidado, indo de encontro, as condutas tradicionais e assistencialistas focadas na doença. Sendo assim, independente da forma ou lugar, a enfermagem deve ser proporcionar a arte e ciência do cuidado de forma a alcançar o público a qual se destina seus serviços, tal fato ficou evidenciado ao se trabalhar com os idosos do grupo um processo de autonomia participativa no que se diz respeito as escolhas alimentares em períodos festivos, como a festa junina, possibilitando aos idosos alternativas e adaptações dentro de suas realidades.

Descritores: Atenção Integral à Saúde do Idoso, Educação em Saúde, Enfermagem.

Referências:

1. Estima CDP, Philippi ST, Alvarenga MS. Fatores determinantes de consumo alimentar: por que os indivíduos comem o que comem?. Revista brasileira de nutrição clínica, Porto Alegre, 2009; 20(4): 263-268.

2. Batista, R. “Comidas típicas de Festa Junina”; Brasil Escola [base de dados na Internet]. [acesso em 13 de setembro de 2017]. Disponível em: <http://brasilecola.uol.com.br/detalhes-festa-junina/comidas-tipicas-festa-junina.htm>
3. Santos, ZMSA. Tecnologias em saúde: da abordagem teórica a construção e aplicação no cenário do cuidado [livro eletrônico] / Zélia Maria de Sousa Araújo Santos, Mirna Albuquerque Frota, Aline Barbosa Teixeira Martins. – Fortaleza: EdUECE, 2016.