

Ação extensionista de atenção interdisciplinar à saúde do idoso

Coordenação: Prof^a. Me. Magali Pilz Monteiro da Silva

Autores: *Magali Pilz Monteiro da Silva; **Patrícia Lousada Rocha;** Ana Cristina de Lemos; *Aline da Silva Pinto; *Flávia Porto Wieck; *Marta Casagrande Saraiva; *Danielle Dutra Albrecht

O envelhecimento populacional é uma realidade inegável e irreversível. Segundo a Organização Mundial da Saúde, o que tange o envelhecer, na atualidade, é a busca do envelhecimento saudável e ativo. Este processo envolve ações que promovam o viver mais saudável, favorecendo a prática de atividades físicas, alimentação saudável, além da prevenção dos agravos que atingem a terceira idade, sendo estas a base para a melhora da qualidade de vida e saúde (Pedro,2013; Mazo,2008). Um dos meios para alcançar o envelhecimento ativo é a participação em grupos de terceira idade, espaços de integração social e de troca de saberes populares e científicos. Em Novo Hamburgo, a cada ano, o número de idosos participantes de grupos vem aumentando, atualmente são 27 grupos cadastrados no Conselho Municipal dos Direitos e Cidadania do Idoso (CMDCI) num total de 900 participantes.

Nesse contexto a Universidade Feevale que congrega cursos pertencentes à área de saúde, predestina a Instituição na manutenção de atividades comunitárias de atenção integral à saúde da população idosa. A partir do alinhamento das ações comunitárias da Instituição com o expressivo número de idosos participantes de grupos de terceira idade no município, constitui-se o projeto de extensão “Atenção Interdisciplinar à Saúde do Idoso” agregando docentes e discentes dos cursos de Educação Física, Fisioterapia, Nutrição, Quiropraxia e do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética. Nessa nova perspectiva, as intervenções iniciaram em março de 2014, atuando interdisciplinarmente por meio de ações educativas sobre prevenção e promoção da saúde, além de práticas como atividades físicas, educação nutricional, embelezamento, cuidados com o corpo e a postura.

O projeto tem como objetivo principal promover o envelhecimento saudável e ativo de idosos de grupos de 3^a idade de Novo Hamburgo/RS, de forma integral e preventiva, buscando qualidade de vida, bem como, proporcionar acompanhamento multiprofissional, de caráter interdisciplinar, periódico e sistemático, além de estimular um espaço de troca de saberes sobre o envelhecimento saudável e ativo, despertando a consciência da responsabilidade social.

As intervenções do projeto nos grupos de terceira idade acontecem nas quintas-feiras à tarde. Para a seleção dos idosos foi realizado parceria com o CMDCI e com uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de um dos bairros de Novo Hamburgo/RS. A partir da relação dos grupos de terceira idade vinculados ao CMDCI foram selecionados três que realizavam as atividades nas quintas-feiras, formalizando então o convite aos representantes de cada grupo, sendo que um concordou em

participar. Além da intervenção em grupos já consolidados o projeto propôs também estimular a formação de novos, para tanto, foi selecionado um dos bairros com a maior população idosa de baixa renda de Novo Hamburgo. Em parceria com a UBS desse bairro, os idosos foram convidados a participar. A partir da seleção dos grupos as atividades do projeto foram organizadas da seguinte forma: na 1ª e a 3ª quinta-feira do mês ocorre a intervenção no grupo recém-formado vinculado com a UBS, totalizando em média 15 idosos; na 2ª quinta-feira do mês ocorre a intervenção no grupo cadastrado no CMDCI, com a participação de aproximadamente 30 idosos e na 4ª quinta-feira do mês ocorre integração de todos os grupos no Campus I da Universidade Feevale. Os objetivos deste 4º encontro são: promover a integração entre os grupos, oportunizar o diálogo intercultural entre os sujeitos envolvidos; desenvolver ações educativas em saúde a partir de dinâmicas de grupo; viabilizar um espaço de práticas corporais diversas (desporto, dança, ginástica) desenvolvendo a mobilidade corporal e proporcionar vivências de cuidados com o corpo.

O projeto tem como indicadores de resultados: avaliação da mobilidade e risco de quedas por meio do teste “Time Up and Go”, o estado nutricional dos idosos através do teste “Como está sua alimentação” (Guia alimentar do Ministério da Saúde) e a Satisfação Estética avaliada pelo instrumento elaborado pelos docentes e discentes “Questionário de análise de satisfação estética”. O indicador de impacto é a qualidade de vida, avaliada bianualmente, tendo como instrumento o Woohqol brief. Também, nos primeiros encontros, em cada grupo, foram aplicados dois questionários: o primeiro para identificar o perfil demográfico, socioeconômico, estilo de vida e capacidade funcional (questionário elaborados pelos docentes e discentes) e o segundo para verificar o nível de conhecimento dos idosos sobre envelhecimento ativo e saudável. Das avaliações já realizadas foi identificado o perfil dos grupos: a média de idade ficou em 73 anos no grupo vinculado ao CMDCI e de 63 anos no grupo recém-formado, em ambos mais de 70% dos idosos são independentes para a realização das atividades de vida diária e marcha, quanto à habitação todos moram em casa, e a renda familiar variou entre ½ a 2 salários mínimos.

Por meio dessas observações foi elaborado um plano de ação com o foco na educação em saúde, propondo estratégias de estímulo à atividade física, cuidados posturais, diminuição dos riscos de quedas, cuidado com o corpo e alimentação. A elaboração do plano de ação é realizada nas reuniões entre os cinco docentes das áreas da saúde envolvidas, os 28 discentes de diversas áreas e um bolsista de extensão. Devido ao expressivo número de alunos, foram organizados dois grupos, onde um grupo permanece na Instituição para organizar o plano de ação para a semana seguinte e o outro realiza a intervenção nos grupos de acordo com cronograma, alternando assim as intervenções.

*Professores Universidade Feevale

**Acadêmicos Universidade Feevale