

UM OLHAR AO IDOSO PARA ALÉM DAS COMORBIDADES: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Renata Mirella Brasil da Silva Lima ¹
Marina Nogueira Brasileiro Veras ²
Bianca Freitas Régis ³
Rayana Pereira Feitosa ⁴
Rayane de Almeida Farias ⁵
Maria de Lourdes de Farias Pontes ⁶

RESUMO

Em decorrência do envelhecimento mundial da população e a necessidade de um olhar diferenciado para esse público, surgiu, então, a iniciativa conhecida como “A década do envelhecimento saudável”, que propôs a melhoria da qualidade de vida. No entanto, com a pandemia da Covid-19 evidenciou-se a fragilidade no preparo da sociedade e das redes de saúde para com as necessidades da população 60+. Com o retorno dos estágios da graduação em saúde na atenção básica, foi visualizado a realidade vivenciada, ações e atendimentos voltados ao controle de comorbidades pré-existentes. Assim, procurou-se criar uma estratégia de ação a fim de uma abordagem diferenciada aos idosos, a fim de corroborar com o cuidado integral ao idoso, superando o modelo biomédico em saúde enraizado. Este trabalho relata a experiência de uma estagiária de enfermagem da UFPB, durante a assistência aos idosos nas atividades do hiperdia de uma UBS, no município de João Pessoa. A iniciativa de aplicar o questionário nos idosos foi muito interessante para a prática profissional durante o estágio, uma vez que pôde ser acrescido no cuidado ao idoso. No entanto, percebe-se que a permanência deles em grupos coletivos se dá por meio das amizades, visto que, para além do atendimento médico, eles participam da socialização e interação, trazendo à tona histórias e experiências vivenciadas. Dessa forma, percebeu-se que o uso da metodologia, durante a atividade programada do hiperdia, veio como auxiliadora do processo de assistência em saúde, pois facilita a identificação e surgimento de fatores de risco à saúde do idoso, como também na monitorização do estado de saúde e qualidade de vida deles. Assim, o estágio vem como estratégia positiva, trazendo para a prática da equipe, métodos não abordados usualmente, objetivando a melhoria da qualidade de assistência.

Palavras-chave: Atenção primária, Saúde do idoso, Atenção Integral à Saúde do Idoso.

¹ Graduanda pelo Curso de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, renata.brasil@academico.ufpb.br;

² Mestranda do Curso de Mestrado Profissional de Gerontologia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, marinanbveras@hotmail.com;

³ Graduanda pelo Curso de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, biafreitasabath@outlook.com;

⁴ Mestranda do Curso de Mestrado Profissional de Gerontologia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, rayanapfeitosa@gmail.com.br;

⁵ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB, farias.almeidarayane@gmail.com;

⁶ Professora Doutora em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão preto - USP, profa.lourdespontes@gmail.com;

INTRODUÇÃO

Em decorrência do envelhecimento mundial da população e a necessidade de um olhar diferenciado para esse público, surgiu a iniciativa conhecida como Década do envelhecimento saudável nas Américas (2021 a 2030), declarada pela Assembleia Geral das Nações Unidas (2020), que propôs a melhoria da qualidade de vida, principalmente, dos idosos. A base da proposta consiste em modificar a percepção da sociedade para com o processo de envelhecimento, corroborando para a melhor preparação do país diante da longevidade atual.

No entanto, diante do contexto social e epidemiológico vivenciado a partir do ano de 2020, observou-se que a pandemia da Covid-19 evidenciou a fragilidade no preparo da sociedade e das redes de saúde para com as necessidades da população 60+. A compreensão do manejo clínico correto, juntamente à compreensão do processo de envelhecimento e suas vulnerabilidades fisiológicas pela sociedade, foram pontos em destaque considerados como de potencial risco à saúde dos idosos (Vega; Morsh, 2021).

Além disso, sabe-se que o isolamento social pode trazer consequências para a saúde do idoso, como a elevação dos níveis de estresse, capazes de afetar os equilíbrios hormonais e hemodinâmicos, prejudicando a qualidade de vida do idoso. E, como a restrição social foi uma das primeiras medidas a serem adotadas para o controle de transmissão da Covid-19, puderam ser identificadas implicações negativas na saúde mental e física dessa população. (Manso; Comosako; Lopes, 2018; Morley, 2020).

Dessa forma, com a diminuição das restrições e retorno das atividades, o surgimento de tecnologias assistenciais que evitassem o contato presencial com profissionais foi uma realidade, auxiliando a assistência de profissionais de saúde. Porém, o atendimento online somado à preocupação pelo acompanhamento da sintomatologia clínica dos pacientes, focou-se cada vez mais no tratamento de doenças, prejudicando a compreensão integral à saúde do idoso, principalmente após o retorno das atividades presenciais (Caldas; Silva, 2021; Coutinho, et al, 2013).

Apesar do aumento da expectativa de vida, observa-se ainda o despreparo dos profissionais para o cuidado ampliado à saúde do idoso, para além das doenças de base. E, com o retorno dos estágios da graduação em saúde na atenção básica, foi visualizado a realidade vivenciada, ações e atendimentos voltados ao controle de comorbidades pré-existentes, como o programa hiperdia, negligenciando, durante esses momentos, a promoção à saúde e manutenção da qualidade de vida dessa população.

O programa surgiu como objetivo da atenção básica de promoção da saúde e prevenção de agravos, por meio da educação em saúde. Onde são realizados encontros grupais, com oferta de atividades, orientações e atendimentos profissionais de saúde, palestras, a fim de acompanhar o estado de saúde do usuário e orientá-los melhor quanto aos cuidados e hábitos de vida. Contudo, na prática vivenciada pela estagiária, os encontros se resumiram ao acompanhamento dos níveis pressóricos dos usuários hipertensos, dos níveis de glicose dos diabéticos e realização de consulta médica (Brasil, 2016).

Dessa maneira, a partir da prática vivenciada, procurou-se criar uma estratégia de ação a fim de uma abordagem diferenciada aos idosos, para além do foco em suas comorbidades, mas que pudesse ser viável aos profissionais de saúde da rede primária durante a sua prática profissional, sem sobrecarregar suas atividades. O trabalho tem, portanto, como objetivo relatar a experiência de uma graduanda de enfermagem durante a assistência ao idoso nas atividades do hiperdia de uma Unidade Básica de Saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma estagiária de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba, durante a assistência aos idosos nas atividades do programa hiperdia de uma Unidade Básica de Saúde, no município de João Pessoa. Os encontros ocorriam uma vez ao mês, num espaço dentro da comunidade, onde eram aferidas as pressões arterial, glicemia, e os usuários eram encaminhados para a consulta médica.

A partir disso, a estagiária, com o objetivo de conhecer os idosos a partir de um contexto mais ampliado, pediu autorização à equipe para fazer a utilização do instrumento de Avaliação Multidimensional da Pessoa Idosa, durante a sala de espera, enquanto aguardavam atendimento médico. Esse instrumento tem como objetivo avaliar os idosos para além das necessidades físicas, como também emocionais e sociais, a fim de atender às necessidades de saúde e melhora da qualidade de vida da população alvo (Siqueira, *et al.* 2023).

O fato de possuírem 60 anos ou mais foi utilizado como critério de inclusão, devido ao instrumento ser direcionado ao público idoso. Assim, 9 idosos participaram da avaliação, realizada durante 2 encontros do hiperdia, no momento da sala de espera, por meio de uma entrevista individual, curta e objetiva, sobre os itens que competem à capacidade funcional, cognição, relações sociais e rede de suporte, percepção da saúde e qualidade de vida.

Após aplicação do instrumento e avaliação das respostas, foi possível compreender o perfil dos idosos frequentadores dos encontros de uma forma mais ampliada e integral, e

identificar sentimentos a respeito da sua saúde e qualidade de vida, essencial para a condução de seu autocuidado, bem como sua autonomia nas atividades diárias.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A iniciativa de aplicar o questionário nos idosos foi muito interessante para a prática profissional durante o estágio, uma vez que pôde ser acrescido no cuidado ao idoso. No entanto, percebe-se que a permanência deles em grupos coletivos se dá por meio das amizades, visto que, para além do atendimento médico, eles participam da socialização e interação, trazendo à tona histórias e experiências vivenciadas, recentes e passadas, contribuindo para a melhora do humor e qualidade de vida (Veras; Lacerda; Forte, 2022).

A partir da aplicação dos instrumentos, pôde-se conhecer melhor o perfil etário e sociodemográfico da população idosa, como também o nível de escolaridade. É importante ressaltar a significância desses fatores, como por exemplo a escolaridade, que pode influenciar diretamente na saúde e qualidade de vida do idoso, visto que o déficit no autocuidado pode aumentar quanto menor o nível de instrução deles, como trazido por um estudo realizado com 419 idosos de um município no Sul do Brasil (Coutinho; Tomasi, 2020).

Não apenas a escolaridade, o perfil etário, associado às comorbidades pré-existentes, é essencial para a identificação de fatores de risco, visto que a progressão da senescência traz consigo condições de maior vulnerabilidade fisiológica. Dentre esses fatores, além dos físicos, pode-se destacar os cognitivos, comportamentais ou sociais, capazes de serem identificados na Avaliação Multidimensional e auxiliar na criação de estratégias de ação para o cuidado em saúde do idoso (Santos; Andrade; Bueno, 2009).

Além disso, foram abordados itens quanto à capacidade funcional e cognição, pôde trazer inferências quanto à autonomia do idoso para a realização das atividades instrumentais da vida diária, se necessitam de ajuda para usar telefone, fazer compras, preparar comida, fazer serviços de casa, tomar seus remédios, cuidar do seu dinheiro e questões a respeito de orientação e memória. As relações sociais e rede de suporte nos trouxeram sobre a interação do indivíduo com a família e o meio social, se praticam alguma atividade de lazer, se existem problemas no relacionamento familiar, e a identificação da rede de apoio para o suporte ou ajuda em caso de necessidade.

Mais uma vez, reitera-se a relevância dessas informações para o cuidado em saúde, visto que se tratam de fatores capazes de modificar o estado de saúde do usuário idoso. Por se tratar de um processo gradual e progressivo, deve-se ter uma atenção diferenciada à saúde do idoso,

uma vez que as mudanças se tornam menos adaptáveis a cada ano que passa. Dessa forma, o diagnóstico das necessidades em saúde, juntamente à monitorização desse público, é imprescindível para um processo de trabalho de qualidade dos profissionais da saúde (Coutinho; Tomasi, 2020).

Por fim, a autopercepção da saúde e o desejo de mudança foram os últimos itens abordados, informações importantíssimas para o planejamento em saúde, visto que emoções são trazidas durante essas falas, capazes de traduzir como esse idoso se vê no contexto em que está inserido. Assim, pode-se compreender o contexto geral, e tentar, em cima das informações trazidas, construir um plano de cuidados que possa ser efetivo, diante das necessidades ou dificuldades apresentadas.

Para isso, ações de educação em saúde são uma das estratégias mais comuns para a melhoria da assistência e promoção do autocuidado. Além disso, o uso de instrumentos como o de Avaliação Multidimensional vem como auxiliador desse processo, apesar de pouco manuseado durante a prática pelos profissionais, identificado a partir da narrativa de que essas técnicas de abordagem ampliada à saúde são dificultadas pela falta de tempo ou domínio durante rotina do trabalho (Coutinho; Tomasi, 2020; Brasil, 2006).

Dessa forma, percebeu-se que o uso da metodologia, durante a atividade programada do hiperdia, veio como auxiliadora do processo de assistência em saúde, pois facilita a identificação e surgimento de fatores de risco à saúde do idoso, como também na monitorização do estado de saúde e qualidade de vida deles. É importante lembrar que, o fato de ser um momento particular e individual pode colaborar com a exposição de possíveis problemas que talvez não fossem exteriorizados quando em grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar da prática profissional, muitas vezes, negligenciar metodologias que auxiliem a assistência integral à saúde do idoso, deve-se compreender que é necessário essa adaptação e capacitação para um cuidado de qualidade. O envelhecimento se encontra em constante e progressivo processo, dessa forma, os profissionais de saúde devem estar qualificados para uma assistência ao idoso de qualidade. E o estágio profissional em saúde vem como estratégia positiva, uma vez que busca trazer para dentro da prática da equipe, métodos não abordados usualmente, objetivando a melhoria da qualidade de assistência.

REFERÊNCIAS

Brasil. Fiocruz. Coordenação de Saúde da Pessoa Idosa. Saúde da Pessoa Idosa: boas práticas. **Saúde na melhor idade: hiperdia**. 2016. Disponível em: <https://saudedapessoaidosa.fiocruz.br/sa%C3%BAde-na-melhor-idade-hiperdia> Acesso em: 10 nov 2023.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa**. 4. ed. Brasília, 2017.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Cadernos de Atenção Básica v. 19. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

Brasil. Nações Unidas. **Assembleia Geral da ONU declara 2021-2030 como Década do Envelhecimento Saudável**. dez, 2020. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/105264-assembleia-geral-da-onu-declara-2021-2030-como-d%C3%A9cada-do-envelhecimento-saud%C3%A1vel> Acesso em: 7 nov 2023.

Caldas, Célia; Silva, Bárbara. Ressignificação do cuidado de enfermagem ao idoso no mundo pós pandemia covid-19. **Enfermagem erontológica no cuidado do idoso em tempos da covid-19**. Brasília: Editora ABEn, 2021. DOI: <https://doi.org/10.51234/aben.21.e05.c22>

Coutinho, Aline; Popim, Regina; Carregã, Karin; Spiri, Wilza. Integralidade no cuidado com o idoso na estratégia de saúde da família: visão da equipe. **Esc Anna Nery**. v. 17. n. 4. 2013. DOI: <https://doi.org/10.5935/1414-8145.20130005>

Coutinho, Lúcia S. B.; Tomasi, Elaine. Déficit de autocuidado em idosos: características, fatores associados e recomendações às Equipes de Estratégia de Saúde da Família. **Interface**. v. 24. DOI: <https://doi.org/10.1590/Interface.190578>

Manso, M. E. G.; Comosako, V. T.; Lopes, R. G. C. Idosos e isolamento social: algumas considerações. **Rev Portal de divulgação**. n. 58. 2018. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Maria-Elisa-Gonzalez-Manso/publication/328307299_Idosos_e_isolamento_social_algumas_consideracoes/links/5bc5cec6299bf17a1c55a02e/Idosos-e-isolamento-social-algumas-consideracoes.pdf Acesso em: 8 nov 2023.

Morley, J. E. Covid-19 - o longo caminho para a recuperação. **Revista de nutrição, saúde e envelhecimento**. v. 24. p. 917-919, 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12603-020-1497-y> Acesso em: 8 nov 2023.

Santos, Flávia H.; Andrade, Vivian M.; Bueno, Orlando F. A. Envelhecimento: um processo multifatorial. **Psicologia em estudo**. v. 14. n. 1. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/FmvzytBwzYqPBv6x6sMzXFq/#> Acesso em 3 dez 2023.

Siqueira, Fernanda M.; Delgado, Cássia E.; Carbogim, Fábio C.; Castro, Edna . B.; Santos, Regina C.; Cavalcante, Ricardo B. Avaliação multidimensional de pessoas idosas na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de escopo. **Rev brasileira de geriatria e gerontologia**. v. 26. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562023026.230051.pt>



Vega, Enrique; Morsh, Patrícia. **A década do envelhecimento saudável (2021-2030) na região das Américas**. v. 32. n. 80. p. 24-35, 2021. Disponível em: <https://portal.sescsp.org.br/files/artigo/7900e835/c298/418e/968a/b75612b7f2d1.pdf> Acesso em 7 nov 2023.

Veras, D. C.; Lacerda, G. M.; Forte, F. D. S. Grupo de idosos como dispositivo de empoderamento em saúde: uma pesquisa-ação. **Interface (botucatu)**. v. 26. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/interface.210528>