

TRANSFORMANDO SABERES EM AÇÕES: ELABORAÇÃO DE MATERIAIS EDUCATIVOS PARA AÇÕES DO PROJETO DE EXTENSÃO EM SAÚDE¹

Amanda Silva Santos de Medeiros²
Joelma Medeiros Celestino da Silva³
Ellen Martins Norat⁴
Andrea Mendes Araújo⁵
Rovênia Maria de Oliveira Toscano Ximenes⁶

INTRODUÇÃO

Com o aumento da expectativa de vida, é necessário desenvolver estratégias de promoção da saúde e educação adequadas para a população idosa e cuidadores. As ações educativas possuem um papel fundamental na disseminação do conhecimento para a comunidade, visando a autonomia do cidadão no cuidado à saúde. Como lembram Silva e Mendes (2022), a revolução gerontológica em curso mostra-se um desafio à mudança de diversos sistemas que compõem nossa estrutura social, sobretudo na área da saúde, por gerarem uma resposta eficaz às profundas alterações demográficas que atravessamos.

A elaboração de material educativo em saúde desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar e na disseminação de informações fundamentais para a população idosa e seus cuidadores. O acesso a recursos educativos adequados e de qualidade é essencial para garantir uma compreensão abrangente sobre cuidados de saúde, prevenção de doenças e promoção de um envelhecimento saudável.

¹ Este resumo é resultado do trabalho desenvolvido na elaboração de materiais educativos para o Projeto de Extensão “Ações educativas para pessoa idosa e seu cuidador”, ofertado pelo Curso Técnico em Cuidados de Idosos do Centro Profissional e Tecnológico – Escola Técnica de Saúde/UFPB.

² Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos do Centro Profissional e Tecnológico – CPT/ETS da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, assm@academico.ufpb.br;

³ Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos do Centro Profissional e Tecnológico – CPT/ETS da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, joellmamct@gmail.com;

⁴ Mestre pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, ellen-norat@uol.com.br;

⁵ Docente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos, do Centro Profissional e Tecnológico – Escola Técnica de Saúde da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, Doutora em Gerontologia Biomédica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUCRS, andrea.mendes@academico.ufpb.br;

⁶ Professor orientador: Mestre em Ciências da Nutrição, Universidade Federal da Paraíba - UFPB, roveniamximenes@gmail.com.

A Educação em Saúde é um espaço de construção e difusão de conhecimentos e práticas para o viver saudável, entre outros atributos. Ela possibilita mudanças de comportamento em relação à saúde, tendo o indivíduo como o seu público-alvo articulando conhecimentos populares e técnicos, como também mobilizando recursos (comunitários e institucionais, privados e públicos), que permitam a mudança social (CONCEIÇÃO, 2020).

A população idosa enfrenta desafios únicos em relação à saúde, devido às mudanças físicas e cognitivas que ocorrem durante o processo de envelhecimento. Além disso, os cuidadores desempenham um papel vital no suporte e no cuidado com a pessoa idosa. Nesse contexto, a elaboração de materiais educativos em saúde se torna essencial, uma vez que possibilita a disseminação de conhecimentos específicos de interesse desse público, como cuidados preventivos, gerenciamento de doenças crônicas, uso adequado de medicamentos e promoção de um estilo de vida saudável. Oliveira (2021) lembra que a tecnologia educativa elaborada permite a aproximação do meio científico e social.

Como instrumento facilitador deste processo, o Projeto de Extensão do Centro Profissional e Tecnológico - Escola Técnica de Saúde da UFPB intitulado “Ações Educativas para Pessoa Idosa e seu Cuidador” se utiliza da construção de materiais informativos impressos que são distribuídos aos usuários do Serviço do Ambulatório de Geriatria do Hospital Universitário Lauro Wanderley – João Pessoa/PB – onde o projeto realiza suas ações, que têm como público-alvo os idosos e seus cuidadores. Trata-se de uma atividade de extensão que contribui ainda para a formação de discentes do Curso Técnico em Cuidados de Idosos da referida instituição.

Este artigo tem como objetivo destacar a importância da elaboração de materiais educativos em saúde apresentando a experiência vivenciada através do já mencionado Projeto de Extensão. Nesse contexto, mostra-se aqui como a utilização deste recurso lúdico e dinâmico contribui para ações em educação, entendendo que oportunizar o acesso à informação garante o direito à saúde. Segundo Seabra (2019), é de grande importância promover ações de educação em saúde para a população idosa envolvendo a comunidade, familiares, cuidadores e a própria pessoa idosa como um modo eficaz para a promoção da saúde e qualidade de vida.

Justifica-se pela necessidade de fornecer informações adequadas e acessíveis para a população idosa e seus cuidadores, visando capacitar e empoderar essa população para tomar decisões informadas sobre sua saúde e bem-estar. Além disso, a falta de recursos educativos específicos para esse público pode resultar em lacunas de conhecimento e práticas inadequadas de cuidado, comprometendo a qualidade de vida e a saúde dos idosos.

A pesquisa combina uma revisão bibliográfica acerca da temática abordada, que permite embasar teoricamente seu conteúdo, bem como o relato da experiência vivenciada a partir da atividade proposta pelo Projeto de Extensão. O material produzido é fruto de uma prévia identificação das necessidades e expectativas do público-alvo para o desenvolvimento do conteúdo e a validação do material é feita por profissionais da área da saúde que atuam como colaboradores do Projeto.

Destacamos aqui a importância de disponibilizar recursos educativos adequados e acessíveis para promover o autocuidado, a prevenção de doenças e a qualidade de vida, abordando tópicos como cuidados preventivos, gerenciamento de doenças crônicas, saúde mental, exercícios físicos adequados e alimentação saudável. A pesquisa realizada permitiu identificar algumas das necessidades educativas específicas desse público, bem como desenvolver um material que atendesse a essas demandas. Espera-se que esse material contribua para capacitar e informar os idosos e seus cuidadores, possibilitando uma abordagem mais eficaz e consciente em relação aos cuidados de saúde. A disseminação desse material educativo visa um impacto significativo na melhoria do bem-estar e na promoção de um envelhecimento saudável, capacitando os idosos a se tornarem agentes ativos na gestão de sua própria saúde e capacitando os cuidadores a desempenharem suas funções de forma mais efetiva.

MATERIAIS E MÉTODOS

O método adotado envolveu a identificação das principais necessidades do público-alvo, revisão bibliográfica como embasamento teórico, o desenvolvimento do material educativo com base nas informações coletadas e a validação do material por profissionais da saúde. Essa abordagem garantiu a fundamentação teórica, a relevância e prática e a aplicabilidade do material educativo na promoção da saúde e do bem-estar da pessoa idosa e seu cuidador.

O material educativo foi estruturado de forma a abordar os temas identificados como relevantes utilizando uma linguagem clara e acessível, exemplos práticos e ilustrações visuais para facilitar a compreensão e a assimilação das informações. Foram elaborados folders informativos e cartilhas que transmitem as informações de maneira clara e objetiva, considerando as características e necessidades específicas dos idosos, como a utilização de fonte legível, tamanho adequado das imagens e cores contrastantes.

A validação do material produzido ocorre através de submissão à avaliação por profissionais da área de saúde que são colaboradores do Projeto e atuam diretamente no trabalho com esta população idosa. Assim, ocorrem sugestões e ajustes para melhorar a compreensão e a adequação do material aos objetivos propostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A elaboração de materiais educativos colabora na promoção da saúde, prevenção de doenças e no empoderamento dos indivíduos. Através desses materiais, é possível fornecer informações relevantes, orientações práticas e apoio emocional, contribuindo para uma melhor qualidade de vida e bem-estar tanto dos idosos quanto de seus cuidadores. Esse produto do Projeto de Extensão resultou em um conteúdo abrangente e relevante, abordando temas-chave de relevância para o público-alvo.

Os materiais educativos produzidos têm mostrado relevância e eficácia na promoção de saúde à população idosa atendida pelo Ambulatório de Geriatria do HULW-EBSERH e seus cuidadores, a partir das atividades realizadas em salas de espera e da participação deste público em demais atividades realizadas pela ação de extensão, dando espaço a discussões pertinentes acerca do envelhecimento. As ações educativas promovidas a partir do material produzido trazem mais clareza às informações ali contidas e incentivam essa leitura a fim de introduzir em seu cotidiano novos hábitos, a partir do conhecimento adquirido, contribuindo para a melhoria na qualidade de vida desta população. Os principais benefícios desse produto do Projeto são:

- Informação acessível – muitas vezes, pessoas idosas e cuidadores enfrentam dificuldades para acessar informações confiáveis e compreensíveis sobre questões de saúde. O material educativo tem o objetivo de fornecer informações claras, simples e objetivas, facilitando o entendimento e promovendo a autonomia na tomada de decisões relacionadas à saúde.
- Capacitação dos cuidadores – os cuidadores desempenham um papel fundamental no cuidado e bem-estar dos idosos. Ao disponibilizar materiais educativos, eles podem adquirir conhecimentos sobre práticas de cuidado adequadas, compreender melhor as necessidades específicas da pessoa idosa e aprender estratégias para lidar com diferentes situações de saúde.

- Prevenção de doenças – através do material educativo, é possível abordar temas relacionados à prevenção de doenças, promoção da saúde e adoção de hábitos saudáveis. Informações sobre vacinação, alimentação equilibrada, atividade física, cuidados com a medicação e outros aspectos relevantes podem auxiliar na prevenção de doenças e na manutenção de uma vida saudável.
- Empoderamento da pessoa idosa – ao fornecer informações claras e relevantes, o material educativo capacita a pessoa idosa a se tornar mais ativa e participativa na gestão de sua própria saúde. Isso promove a autonomia, a autoconfiança e a sensação de controle sobre sua própria vida e bem-estar.
- Orientação sobre cuidados específicos – pessoas idosas muitas vezes enfrentam condições de saúde crônicas ou complexas que requerem cuidados específicos. Os materiais educativos podem fornecer orientações práticas sobre o manejo de doenças, uso correto de medicamentos, realização de tratamentos e cuidados paliativos, aumentando a segurança e a qualidade do cuidado prestado.
- Conscientização sobre sinais de alerta – o material educativo também pode destacar sinais de alerta e sintomas que requerem atenção médica imediata. Isso auxilia os cuidadores a identificarem precocemente possíveis problemas de saúde e buscar assistência adequada, contribuindo para uma intervenção rápida e efetiva.
- Promoção do diálogo e comunicação – o material educativo pode servir como uma ferramenta de comunicação entre pessoas idosas, cuidadores e profissionais de saúde. Ele facilita a discussão e o compartilhamento de informações, promovendo a comunicação aberta e efetiva, o que é essencial para um cuidado integrado e centrado no paciente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho constitui um relato da importância da utilização do recurso didático na educação em saúde. É importante ressaltar que a elaboração dos materiais educativos em saúde é um processo contínuo e dinâmico. Conforme novas pesquisas e descobertas são feitas na área da saúde, é essencial manter os materiais atualizados e adaptados às necessidades em constante evolução da população idosa e seus cuidadores.

Além disso, a disseminação efetiva dos materiais educativos é crucial para alcançar o público-alvo de forma ampla. Estratégias de divulgação, como distribuição em locais de cuidado de pessoas idosas, unidades de saúde, centros comunitários e uso de mídias sociais, devem ser implementadas para garantir o acesso e o engajamento dos usuários. No caso do material elaborado pelo Projeto de Extensão, a distribuição é realizada junto ao público atendido pelo Ambulatório de Geriatria do Hospital Universitário onde as ações são realizadas.

Os estudantes do Curso Técnico em Cuidados de Idosos e extensionistas do Projeto, bem como demais envolvidos nas ações, reconhecem a importância contínua desse trabalho e o impacto positivo que ele pode ter na vida da população idosa e de seus cuidadores. Espera-se que os materiais educativos desenvolvidos sejam amplamente utilizados e que possam contribuir para uma sociedade mais informada, saudável e inclusiva para todas as idades.

Espera-se que esse trabalho possa servir de base para despertar a necessidade de elaboração de materiais educativos em saúde voltados para a pessoa idosa e cuidadores, contribuindo para uma melhor qualidade de vida e bem-estar dessa população.

Palavras-chave: Educação em saúde, Saúde da pessoa idosa, Material didático, Envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

CONCEIÇÃO, D. S. et al. A educação em saúde como instrumento de mudança social. **Brazilian Journal of Development**, 6(8), 59412–59416, Curitiba, 2020.

OLIVEIRA, B. L. de. **Elaboração de um manual de atividades educativas para a promoção da saúde dos idosos**. Trabalho de Conclusão de Curso – Bacharelado em Nutrição – Universidade Federal do Pará, Belém, 2021.

SEABRA, C. A. M. et al. Educação em saúde como estratégia para promoção da saúde dos idosos: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 22, 2019.

SILVA, N. A. da; MENDES, T. A. de P. **Construção de cartilha educativa na melhoria da qualidade de vida de idosos e prevenção aos riscos de quedas**. Trabalho de Conclusão de Curso – Bacharelado em Fisioterapia – Universidade de Brasília, Brasília, 2022.