

INTERVENÇÕES DA EQUIPE DE RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM UMA VILA DE IDOSOS

Autor: Marina Aparecida Molina Gomes¹; Bruna Diniz Bordan²; Leticia Estevam Engel³; Luara Fazion Coelho⁴.

1 Universidade do Oeste Paulista –UNOESTE. E-mail: mazinhamolina@hotmail.com

2 Universidade do Oeste Paulista –UNOESTE. E-mail: bordanbruna@gmail.com

3 Universidade do Oeste Paulista –UNOESTE. E-mail: leticia_estevan_engel@hotmail.com

4 Universidade do Oeste Paulista –UNOESTE. E-mail: luarafazion@gmail.com

INTRODUÇÃO

A expectativa de vida obteve um aumento significativo e hoje as pessoas vivem mais. Estima-se que haja um aumento da população com idade igual ou superior a 60 anos de idade, de 900 milhões em 2015 para cerca de 2 bilhões em 2050¹.

Com o envelhecimento acontecem declínios funcionais, cognitivos, nutricionais, sociais e do estado de humor. Essa mudança no perfil da população tem criado novas propostas de ações visando atuar na longevidade proporcionando mais qualidade de vida e boas condições de saúde por mais tempo. Devemos pensar que se esses anos adicionais forem marcados por grandes declínios as implicações para os idosos e para a sociedade serão maléficis².

Nesta perspectiva, observa-se a necessidade de maiores intervenções de caráter preventivo, terapêutico e de promoção à saúde que enfatizam a importância e a realização de exercícios físicos adequados e intervenções em suas disfunções, com foco no autocuidado³.

Desde o ano de 2013 é realizado o acompanhamento de idosos pertencentes a um programa chamado Vila Dignidade, instituído pelo decreto nº.54.285 de 29 de abril de 2009 em conjunto com a Secretaria de Habitação, CDHU, Secretaria Estadual de Desenvolvimento Social e as Prefeituras dos Municípios Paulistas, o projeto localizado em uma cidade do interior do estado de São Paulo conta com 24 moradias e uma área de convívio social que beneficia pessoas idosas⁴.

Acreditamos que com um envelhecimento saudável estes idosos se manterão funcionais no seu dia a dia e que continuarão com autonomia e independência. Este trabalho tem como objetivo apresentar as intervenções realizadas aos idosos residentes na Vila Dignidade do interior do estado de São Paulo, auxiliando na manutenção e/ou recuperação da capacidade funcional, autonomia, independência, além de promoção a saúde e prevenção de doenças.

METODOLOGIA

Desde o ano de 2013 é realizado o acompanhamento pela equipe de Residência Multiprofissional a idosos pertencentes a um programa denominado Vila Dignidade, instituído pelo decreto nº.54.285, de 29 de abril de 2009 em conjunto com a Secretaria de Habitação, CDHU, Secretaria Estadual de Desenvolvimento Social e as Prefeituras dos Municípios Paulistas.

Atualmente moram na Vila Dignidade 28 idosos, sendo 14 homens e 14 mulheres entre estes quatro são casais, a faixa etária é entre 60 e 95 anos. No ano de 2016 a equipe de residência multiprofissional em saúde do idoso realizou a Avaliação Global Ampla (AGA).

Esta avaliação é composta por uma série de testes, como por exemplo, índice de Katz avaliando a capacidade de realizar atividades básicas de vida diária, escala de Lawton capacidade de realizar atividades instrumentais de vida diária, escala de dor com diagrama Corlett, teste de alcance funcional (TAF) avaliando equilíbrio, fluência verbal, teste do relógio e mini exame do estado mental (MEEM) avaliando capacidade ou alterações cognitivas, escala de depressão geriátrica (GDS) risco de depressão, mini avaliação nutricional (MAN) identificando possíveis riscos de desnutrição e formulação do genograma identificando fragilidades familiares.

Mediante os resultados encontrados na avaliação foram programadas intervenções voltadas para as alterações cognitivas, alterações na funcionalidade, vínculo familiar prejudicado, estado nutricional de sobrepeso, ações de promoção da saúde, reabilitação e manutenção de doenças já existentes como: hipertensão, diabetes, dislipidemias e depressão.

As propostas se iniciaram no mês de Abril de 2017, eram realizadas uma vez por semana no período da manhã no salão social e na área de convivência do próprio condomínio.

As estratégias utilizadas foram palestras expositivas, roda de discussão sobre saúde, alimentação e bem estar, atividades físicas, alongamentos e circuitos, assim como dinâmicas para melhora de função cognitiva e psicomotora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso iniciou-se em 2013, fruto de uma parceria entre um Hospital e uma Universidade do interior do estado de São Paulo.

Esta especialização conta com o trabalho de uma equipe interdisciplinar composta por enfermeiro, fisioterapeuta, nutricionista e farmacêutico que atuam na atenção primária a saúde e atenção hospitalar percorrendo vários cenários, sendo um destes a Vila Dignidade, onde acompanham idosos que mantem-se funcionantes e com autonomia para viver só.

Para a manutenção da saúde dos idosos é necessário pensar sobre o estilo de vida atual e incentivar mudança de hábitos. Manter hábitos saudáveis interfere na qualidade de vida, promoção da saúde, prevenção ou agravo de doenças. Com este pensamento iniciamos com o tema do autocuidado voltado para orientações sobre higiene pessoal e residencial⁵.

Após a abordagem na forma de roda de conversa este tema foi repetido e os mesmos ensinamentos realizados. Foi observado que muitos que já tinham escutado as orientações interpretaram novamente como se fosse a primeira vez que o tema estava sendo tratado. Sendo assim já se percebe uma das dificuldades na abordagem da educação em saúde para idosos e por este motivo torna-se fundamental trabalhar com memorização.

Trabalhando a memória em busca de preservar a capacidade cognitiva, identidade e autonomia foram investidas em atividades educativas, de pintura, memorização e leitura. O envelhecimento normal é caracterizado por comprometimento leve na memória causando alguns prejuízos nas funções executivas, bem como diminuição na velocidade de processamento de informações e planejamento.

A prática de atividades relacionadas à memória é fundamental para a preservação da cognição e assim reduzir os efeitos causados pelo envelhecimento⁶.

As propostas de atividades que estimulam a cognição foram intensificadas com o objetivo de preservar cada vez mais este sistema. Obtivemos uma boa adesão e bons resultados nas atividades, como por exemplo, dinâmica de cinco sentidos, telefone sem fio, trava língua entre outros.

As modificações orgânicas naturais no processo de envelhecimento levam a mudanças fisiológicas e metabólicas no organismo, resultando em repercussões no estado nutricional e de saúde dos idosos. Assim, a identificação dos determinantes do comportamento alimentar juntamente com avaliação do estado nutricional e das condições sociais dos indivíduos são fatores importantes para melhoria da qualidade de vida e promoção do envelhecimento saudável, visto que, muitos aspectos dietéticos estão relacionados com o ambiente a socialização e o envelhecimento⁷.

O comportamento alimentar e estado nutricional foi fundamental para o aprendizado das doenças metabólicas, importância da mudança alimentar, dinâmicas em formato de Quiz de questões com mitos e verdades foi a forma de educação em saúde para abordar o tema, e vídeo explicativo também foi utilizado na abordagem de doenças como, por exemplo, o diabetes.

O declínio das funções gerais e a função motora são certamente comprometidos nos idosos. Sendo assim é necessário o conhecimento destas alterações, para a construção de um diagnóstico, plano de tratamento e prognóstico, que não seja subestimado ou superestimado em se tratando de um idoso.

Para tratar da capacidade funcional é necessário conhecer cada indivíduo e sua especificidade, desta forma atividades de circuito, alongamento, dança, zumba, aeróbio, fortalecimento de membros superiores e inferiores foram os métodos mais utilizados para preservar as funções motoras².

No período em que as atividades foram desenvolvidas foi observado que muitos dos moradores tinham problemas de convivência, porém as práticas semanais tratando sobre temas reais de vida proporcionam reflexão. E podemos acrescentar mais um ponto positivo das ações, que foi melhoria no convívio social e criação de vínculo com a equipe.

CONCLUSÕES

Com essas atividades realizadas foi possível promover o convívio social do idoso, com envelhecimento ativo e qualidade aos anos adicionais, sendo condições e doenças crônicas controladas, minimizadas e até mesmo evitadas, permitindo sua autonomia, independência e satisfação nas atividades diárias.

As intervenções se mantêm em atividade e tem o planejamento de uma nova avaliação, esperamos que assim seja atestada a evolução dos assistidos.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL, Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e Organização Mundial da Saúde (OMS) Brasília - DF 2017. Disponível em: <http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5467:gestores-e-profissionais-de-saude-do-brasil-ja-podem-inscrever-suas-experiencias-exitosas-em-saude-dos-idosos&Itemid=820>.
2. FONSECA, SC. O Envelhecimento ativo e seus fundamentos, 1. ed. -- São Paulo : Portal Edições: Envelhecimento, 2016. Disponível em: <http://www.pucsp.br/sites/default/files/download/posgraduacao/programas/gerontologia/ebook_-_livro_o_envelhecimento_ativo_e_seus_fundamentos.pdf>.
3. MACIEL, MG. Atividade Física e Funcionalidade do Idoso. Rio Claro - SP. Revista Motriz Vol.16, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/motriz/v16n4/a23v16n4.pdf>>.

4. BRASIL, CDHU (Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano). Programa Vila Dignidade, Secretaria de Habitação do Estado de São Paulo. São Paulo, 2009. Disponível em: <http://www.cdhu.sp.gov.br/programas_habitacionais/provisao_de_moradias/vila-dignidade.asp>.

5. CELICH, KLS; BORDIN, A. Educar para o Autocuidado na Terceira Idade: Uma Proposta Lúdica. Passo Fundo - RS, RBCEH Vol. 5, 2008. Disponível em: <<http://www.associacaoamigosdagrandeidade.com/wp-content/uploads/filebase/artigos/KATIA%20LILIAN%20SEDREZ%20CELICH%20e%20ALEXANDRA%20BORDIN.pdf>>.

6. MEDEIROS, IMPJ; SECURELLA, FF; SANTOS, RCCS; SILVA, KMR. A Influência da Fisioterapia na Cognição de Idosos com Doença de Alzheimer. Santos – SP, Revista UNILUS Ensino e Pesquisa, Vol. 12, 2015. Disponível em: <[file:///C:/Users/Master/Downloads/686-1711-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Master/Downloads/686-1711-1-PB%20(1).pdf)>.

7 SANTOS, FT. Educação Alimentar Através da Discussão Facilitada em um Grupo de Idosas da Universidade para Terceira Idade – UNITI/UFRGS. Porto Alegre – RS, Trabalho de Conclusão do Curso de Nutrição Universidade Federal Rio Grande do Sul, 2012. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/66655/000868506.pdf?sequence=1>>.