

ÁREA TEMÁTICA: Qualidade de vida, envelhecimento ativo e bem-sucedido.

TÍTULO: Qualidade de vida e educação em saúde: experiência com grupo de idosos.

AUTORA: Anna Katharinne Carreiro Santiago

CO-AUTORES: Cinara Maria Feitosa Beleza, Thaís Norberta Bezerra de Moura, Cindy Avani Silva Ceissler, Suzianne Jackeline Gomes dos Santos

INSTITUIÇÕES: Universidade Estadual do Piauí/ Universidade Federal do Piauí

RESUMO: O envelhecimento é um fenômeno natural e multidimensional que se desenvolve individualmente para cada indivíduo. Sob este, incide um contexto social, cujos determinantes agem diretamente sobre o processo saúde/doença. A promoção da qualidade de vida de idosos representa, pois, um desafio para os serviços de saúde pública. Visando preencher essa lacuna, o programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade, que tem como objeto de intervenções a área adscrita a uma Unidade Básica de Saúde em Teresina-PI, elegeu esse grupo por reconhecer o trabalho em grupo como estratégia efetiva para a promoção da saúde e criação e fortalecimento de uma rede de apoio entre os participantes. A partir da territorialização, identificou-se um elevado número de idosos, e dentre estes muitos hipertensos, diabéticos ou usuários de medicamentos antidepressivos. Assim, este trabalho visa relatar as experiências vivenciadas por Residentes no desenvolvimento de atividades de educação em saúde com idosos pertencentes a um território adscrito a uma Unidade de Estratégia Saúde da Família de Teresina-PI. Foram realizados encontros duas vezes na semana, às terças e quintas-feiras em um espaço da escola da comunidade. Tais encontros eram norteados por sequência pré-estabelecida, iniciando-se com aferição da pressão arterial, seguido por atividade física e/ou roda de conversa sobre o tema escolhido pelos participantes e um momento de oração como encerramento da atividade. As atividades físicas foram desenvolvidas em técnicas

de alongamento, orientações posturais, gincanas e dança. Dentre os temas das rodas de conversa, discutiu-se sobre sexualidade na terceira idade, doenças sexualmente transmissíveis, modificações físicas e psicológicas no climatério, violência contra o idoso, uso abusivo de drogas, diabetes, hipertensão e prevenção do câncer de mama e de colo uterino. Observou-se que a criação do grupo resultou na socialização dos idosos, através da formação e fortalecimento de vínculos de amizade, o que propiciou um momento de escuta e acolhimento. Já a prática de atividade física colaborou para a melhora na autoestima, controle dos níveis pressóricos e glicêmicos além da diminuição do uso de medicamentos antidepressivos. O trabalho em grupos de educação em saúde a nível primário age como espaço de construção do conhecimento e consciência crítica, por meio da valorização dos diversos saberes, promovendo a autonomia dos indivíduos e emponderando-os a respeito de suas decisões em saúde. Os grupos funcionam como rede de apoio e socialização que mobilizam as pessoas na busca de autonomia e sentido para a vida, aspectos primordiais para ampliação da resiliência e redução da vulnerabilidade. Desse modo, é preciso que as diversas áreas do conhecimento da saúde intervenham criativamente no processo saúde-doença e se integrem no sentido de beneficiar essa população e promover mudanças significativas rumo a um estilo de vida saudável.

Descritores: Envelhecimento; educação em saúde; qualidade de vida.