

QUALIDADE DE VIDA DE UMA IDOSA QUE PARTICIPA DO GRUPO DA TERCEIRA IDADE NO SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA-SESI, EM CAMPINA GRANDE.

Ana Dark Aires de Farias¹
Camila Castro Nobrega¹
Raine Daniele Vieira de Sousa¹
Rafaela Andresa da Silva Santos¹
Rosângela Vidal de Negreiros²

1 Discente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG).

2 Orientadora, Docente do Curso de Enfermagem da UFCG.

RESUMO

O envelhecimento é um grande desafio do mundo atual, afetando tanto os países ricos quanto os pobres. A longevidade é considerada uma conquista, mas é necessário preparar a população para um envelhecimento ativo bem sucedido. O Envelhecimento ativo otimiza as oportunidades de saúde, participação de segurança e tem como objetivo, melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas e permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo da vida. Em outras palavras, o objetivo do envelhecimento ativo é aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, inclusive as que são frágeis, fisicamente incapacitadas e que requerem cuidados. Nesse plano de cuidados, a enfermagem desempenha um papel essencial. O objetivo é ampliar a consciência do idoso acerca do processo de envelhecimento associando-o aos diversos modos de relação entre os cuidados com a saúde; identificar as reais necessidades relacionadas ao processo saúde-doença; Proporcionar ações de promoção de proteção à saúde, estimulando o idoso à adoção de medidas que venham a contribuir para a mudança de práticas e percepções, sensibilizando-o como agente ativo de sua própria saúde. O trabalho foi realizado na forma de estudo de caso, tendo como público alvo, uma idosa, entrevistada em sua residência, no mês de Abril de 2013. O primeiro momento foi a elaboração de um questionário com perguntas específicas sobre estilo de vida e envelhecimento saudável. O segundo momento se deu pela abordagem e entrevista da idosa, já que tínhamos

conhecimento de que esta participa de grupos especiais para a terceira idade. Já no terceiro momento foram analisadas as respostas da idosa e a partir daí surgiram as propostas de intervenções de enfermagem de acordo com os dados obtidos. Na fala da idosa, pudemos constatar a grande satisfação por estar aprendendo coisas novas, convivendo com outras pessoas, atribuindo ao grupo do SESI, grandes mudanças em suas vidas, trazendo compromissos, autonomia e devolvendo expectativas e planos para o futuro. Também foi possível perceber o compromisso que a idosa têm com o programa, diminuindo seu tempo livre e evitando o sedentarismo. As nossas orientações dadas à entrevistada tiveram o objetivo de estimular ainda mais esse estilo de vida saudável, de forma que ela tenha conhecimento sobre todos os benefícios de um envelhecimento ativo. Este relato nos permitiu evidenciar o quanto essa idosa melhorou seu estilo de vida, fez novas amizades e se tornou mais ativa, sentindo assim mais valorizada e importante. É necessário unir esforços com outros profissionais comprometidos com a luta por melhorias na qualidade de vida dos idosos para que estes não sejam vistos como um problema social e consiga ter a tão sonhada autonomia e seus direitos garantidos.

PALAVRA-CHAVE: Qualidade de vida. Idoso. Envelhecimento.