

ATENÇÃO PRIMÁRIA FOCADA NA QUALIDADE DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Olivia Maria Feitosa Henrique¹; Maria Iracema do Nascimento²; Silvia Ximenes de Oliveira³; Ana Lucia Franca Medeiros ⁴

1. Secretaria de saúde Barro- Ce, lilahfeitosa@hotmail.com; 2. Faculdade Santa Maria (FSM), ivescat@hotmail.com; 3. Faculdade Integrada de Patos (FIP), silviaoliveira@hotmail.com; 4. Faculdade Santa Maria (FSM), analuciapatospb@hotmail.com

INTRODUÇÃO:

O envelhecimento da população já é um fato, antes considerado um fenômeno, hoje, faz parte da realidade da maioria das sociedades no mundo. O mundo está envelhecendo. Estima-se para o ano de 2050 que existam cerca de dois bilhões de pessoas com sessenta anos e mais no mundo, a maioria delas vivendo em países em desenvolvimento. ¹

Diferentemente do processo de construção da velhice, o envelhecimento do ser humano, é um processo natural, de diminuição progressiva da reserva funcional dos indivíduos o que caracteriza a senescência, e que, em condições normais costuma não provocar qualquer problema. No entanto, em condições de sobrecarga como, por exemplo, das doenças, dos acidentes e estresse emocional, pode ocasionar uma condição patológica que requeira assistência que é a senilidade. Cabe ressaltar que algumas alterações físicas e fisiológicas, decorrentes do processo de senescência podem ter seus efeitos minimizados pela assimilação de um estilo de vida mais ativo. ²

Atualmente, um dos maiores desafios na atenção à pessoa idosa é conseguir contribuir para que, apesar das progressivas limitações que possam ocorrer, elas possam redescobrir possibilidades de viver sua própria vida com a máxima qualidade possível. Essa possibilidade aumenta na medida em que a sociedade considera o contexto familiar e social e consegue reconhecer as potencialidades e o valor das pessoas idosas.

O trabalho em foco surge de um relato de experiência de um grupo de idosos que são cadastrados em unidade básica saúde da família, no qual atuou como gestora-avaliadora do mesmo.

Objetiva-se por tanto mostrar de que forma é realizado o envelhecimento saudável na atenção básica, em uma unidade saúde da família no interior do Ceara.

METODOLOGIA

Trata-se de uma estudo descritivo exploratório de caráter relato de experiência. Na pesquisa descritiva os acontecimentos são observados, registrados, analisados, classificados e interpretados, sem que haja interferência do pesquisador, isso significa que os fenômenos físicos e humanos são analisados, mas não manipulados pelo pesquisador. ³

A pesquisa foi realizada na cidade de Barro –CE, na estratégia saúde da família III, em um grupo de idosos pertencentes a esta ESF.

O trabalho foi desenvolvido com os idosos pertencentes ao grupo “viver melhor”, com idosos da faixa etária de 65 a 85 anos, no qual são realizados encontros semanais, onde são explanados maneiras e possibilidades de envelhecer de maneira saudável, no qual os profissionais da unidade capacitam e orienta os idosos ali inseridos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra do presente estudo foi constituída por 36 idosos, caracterizados por uma maioria feminina com 83% mulheres, o que comprova o fenômeno de feminização do processo do envelhecimento, com média etária de 69 anos, sendo a idade mínima dos participantes 65 anos e a máxima 85 anos. Na situação conjugal, os idosos casados foram predominantes com 44%, seguidos de viúvos 39%, separados 14% e 3% são solteiros.

Foi indagado aos participantes quais os cuidados que um idoso mais precisa? Diante dos resultados obtidos podemos observar que 56% dos participantes relataram que é cuidar da saúde, 25% é cuidar da alimentação e 19% terem bons relacionamentos interpessoais.

Ter cuidado com a saúde é primordial para um envelhecimento saudável. Este, compreende ações que promovem modos de viver favoráveis à saúde e a qualidade de vida, orientados pelo desenvolvimento de hábitos como: alimentação adequada e balanceada, pratica regular de exercícios físicos, convivência social estimulante, busca de atividades prazerosas e/ou que atenuem o estresse, redução dos danos de consumo de álcool e tabaco e diminuição

significativa da auto-medicação. O envelhecimento tem sido relacionado, equivocadamente, com doença, quando na realidade se trata de um fenômeno natural e comum.⁴

Outro ponto destacado foi o local onde os idosos recebem mais cuidado: 67% dos idosos recebem os cuidados que necessitam na ESF onde estão cadastrados, 25% relataram que os encontram no hospital e 8% na sua residência.

As coisas da idade não devem ser vistas como uma determinação, mas, sim, como possibilidade. A equipe de saúde precisa estar sempre atenta à pessoa idosa, na constante atenção ao seu bem-estar, à sua rotina funcional e à sua inserção familiar e social, jamais a deixando à margem de seu contexto, mantendo-a o mais independente possível no desempenho de suas atividades rotineiras.⁵

Os idosos têm sua particularidade quando se discute sobre qual cuidado ele mais tem e sempre procura para sua saúde. Para 42% procuram cuidar do coração primordialmente, 31% se preocupa em tomar a medicação no horário correto, 17% realizam consultas de rotina e 10% sempre procura cuidar da visão.

Durante a instalação do processo de envelhecimento, bem como, depois dessa etapa, o idoso começa a estabelecer prioridades ao seu corpo. Eles passam a dar mais atenção a determinados órgãos, já que, estes merecem mais atenção devido à doença que o acomete.

Os participantes do estudo relataram que são satisfeitos quanto frente à assistência que é prestada aos demais idosos. Pode-se observar que 94% dos participantes estão satisfeitos com o atendimento que é prestado aos seus colegas e apenas 6% dizem que não estão satisfeitos.

Segundo alguns estudos, pelo fato de lidar com um grupo etário que tem crescido muito em anos recentes, existem uma enorme carência de profissionais treinados, com formação específica e cursos reconhecidos pela qualidade acadêmica.⁶

Foi indagado aos participantes a forma como os profissionais da unidade o atende. Observa-se que 85% dos participantes relataram que são bem atendidos e 15% declaram que os profissionais o atendem com satisfação.

Alguns autores, ressalva que o estreito relacionamento entre os profissionais da equipe de saúde e os familiares do idoso, auxilia na aceitação destes para o acompanhamento freqüente e a busca da satisfação das necessidades de saúde. Uma das demandas da ESF é o

retorno da inclusão da família como partícipe do processo saúde-doença e em cujo espaço busca-se o desenvolvimento de ações preventivas, curativas e de reabilitação. ⁷

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o crescimento da população idosa, é necessário que a sociedade tome consciência das alterações sociais que a velhice implica e que as autoridades competentes, de forma justa e democrática, encontrem os caminhos que levem à equidade na distribuição dos serviços e facilidades para com este grupo populacional que cada dia mais se torna presente em todas as esferas da assistência.

O trabalho na atenção básica sob a ótica da ESF deve ter uma adequada abordagem da pessoa idosa no seu contexto integral. Busca-se a necessária compreensão do envelhecimento como um processo benigno e não patológico.

Cabe a todos aqueles que lidam direta ou indiretamente com a ESF, quer seja na sua prática, na qualificação de seu pessoal ou no suporte especializado às suas equipes, estarem atentos à permanente necessidade de capacitação e formação de seus profissionais, visando fazer com que a atenção básica à saúde do idoso possa ser competente, humanizada e resolutiva, sendo esta uma realidade possível e desejada por todos, gestores, docentes, profissionais e, acima de tudo, pela própria população idosa.

REFERENCIAS:

1. BRASIL. *Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa*. Portaria nº. 2.528, de 19 outubro de 2006b. São Paulo, 2006a.
2. Freitas MC, Queiroz TA, Sousa JAV. Significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Rev.Esc. Enferm.** 2010; 44(2).
3. Gil AC. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª ed. São Paulo: Atlas, 2007.
4. Ministério da Saúde. Brasil. *Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa*. Portaria nº. 2.528, de 19 outubro de 2006
5. Silvestre JA, Costa Neto MM. Abordagem do idoso em programas de saúde da família. *Cadernos de Saúde Pública*. 2003; 19(3).



6. Veras R. Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos. Cadernos de Saúde Pública. 2003; 19(3).

7. Oliveira EM, Spiri WC. Programa Saúde da Família: a experiência de equipe multiprofissional. Rev. Saúde Pública. 2006; 40(4).

