

CUIDADO INTERDISCIPLINAR EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DE UMA VIVÊNCIA ACADÊMICA

Deivison da Silva Ferreira; Juliana Cláudia Leite; Rebeca Pereira da Silva; Rachel Cavalcanti Fonseca

Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, fisioterapia@cienciasmedicas.com.br

1 INTRODUÇÃO

Os países em processo de desenvolvimento vivenciam uma modificação demográfica, que tem início com a queda do índice de mortalidade, acompanhada da diminuição da taxa de natalidade, provocando mudanças significativas na estrutura etária populacional do país. Envelhecer é considerado um processo contínuo, pessoal, inconvertível, global e natural de todos os integrantes de uma mesma espécie. Com o aumento da longevidade da população idosa, surge à ameaça das perdas funcionais, cognitivas, a ocorrência de patologias que levam a uma série de problemas que exigem um acompanhamento integral assim surge o risco de dependência e conseqüentemente institucionalização¹.

A Organização Mundial de Saúde e a Direção Geral de Saúde, em conjunto com o Ministério da Saúde, têm desenvolvido um conjunto de políticas sociais e programas integrados de apoio permanente à população envelhecida, já que é de responsabilidade do Estado Providência o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos desprotegidos e sem uma estrutura familiar. São eles o Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII), o Programa Idosos em Lar (PILAR) e o Programa de Apoio à Iniciativa Privada Social (PAIPS), definidos pelo Ministério da Saúde em parceria com a Direção Geral de Saúde em 2008.

O aumento das instituições de apoio à velhice são indicadores da preocupação e adaptação social ao fenômeno do envelhecimento. Devem ser estimuladas atividades de tempos livres variadas, visando um cuidado mais ampliado, com contatos afetivos e sociais, relações familiares, formas de apoio e assistência na doença, na alimentação e na higiene. Inúmeros esforços têm sido realizados para garantir uma melhoria das condições de vida dos idosos, através das políticas de saúde e prestação de cuidados continuados, tudo isso, vem a contribuir para a definição da pessoa idosa como uma categoria social e economicamente dependente¹. A diminuição da independência e da incapacidade do idoso, associada à falta de assistência familiar estruturada e de políticas públicas para a população geriátrica, são fatores que levam a institucionalização do idoso.

A demanda por Instituição de Longa permanência para Idosos (ILPI) no Brasil é crescente, de acordo com estudos recentes. A mudança de ambiente provocada pela institucionalização é uma das situações que desencadeiam a depressão no idoso; apontada, frequentemente, na literatura, como fator de risco para o déficit cognitivo e demência. Esse isolamento social leva à perda da identidade, de liberdade, de autoestima, ao estado de solidão e muitas vezes renegar a própria vida, o que caracteriza o declínio cognitivo e a alta prevalência de doenças mentais e físicas associadas².

A importância de proporcionar aos idosos uma qualidade de vida melhor é extremamente gratificante, e ainda servir de motivação para outras Instituições, no intuito de auxiliar na formação do caráter da sociedade um sentimento de responsabilidade social com profissionais humanizados, respeitando o indivíduo independente de suas deficiências e limitações. Essa abordagem exige portanto, um cuidado integral e interdisciplinar de todos os profissionais de saúde, cada uma contribuindo positivamente para o bem-estar dos idosos.

O cuidado multidisciplinar à pessoa idosa gera muitos desafios as múltiplas áreas da saúde para que atuem unicamente para um bem comum, ou seja, atender a pessoa idosa nas suas particularidades, tendo um olhar multidimensional e buscando prevenir agravos. Como algumas vezes as pessoas idosas precisam de ajuda, o mais significativo para elas é alguém que lhes ofereça essa ajuda como fonte de seu cuidado. Isso contribui para necessidade de estruturar uma equipe multidisciplinar qualificada, com amplo conhecimento e especialidade na saúde do idoso, ressaltando aos aspectos biopsico-sociais¹.

Algumas literaturas relatam sobre a atuação do idoso no âmbito social essa participação contribui no bem-estar do idoso, assim como a prática de exercícios físicos, indicando que a solidão, o isolamento, e a falta de atividade física está associado às perdas das capacidades funcionais e a institucionalização³.

A interdisciplinaridade facilita a percepção integral do indivíduo e do processo saúde-doença, onde os profissionais possam ter uma maior comunicação, a fim de alcançar os mesmos objetivos. O fisioterapeuta é um profissional da saúde muito importante na equipe multidisciplinar pois ele pode atuar na prevenção, no tratamento de diversas doenças que afetam o corpo físico e na reabilitação de sequelas causadas por patologias mais graves⁴.

O fisioterapeuta que faz parte equipe multidisciplinar pode atuar em clínicas, consultórios, hospitais, centros de reabilitação e academias de esporte. Por ter uma área de atuação mais abrangente o fisioterapeuta na equipe multidisciplinar pode ser fundamental para que se alcance os

objetivos traçados para um determinado indivíduo⁵. Dentro das várias possibilidades de atuação deste profissional, destacam-se os exercícios físicos, os quais podem proporcionar benefícios para à diminuição das doenças crônicas degenerativas que, nos dias atuais, acometem os idosos, por exemplo, doenças cardíacas, acidente vascular cerebral, doenças respiratórias crônicas, diabetes, deterioração visual e auditiva⁶.

Vale a pena salientar que há características particulares do idoso em uma Instituição de Longa Permanência, embora que a grande parte desses senescentes não tem acolhimento familiar, renda e independência funcional, apresentando fragilidades físico-mentais que exigem um monitoramento específico por parte de cuidadores. Existem várias IES instituições, lares ou casas de repouso que se propõem ser abertos, onde o ir e vir dos idosos é permitido, ainda há registros de locais que funcionam em regime total de internato⁷.

A atividade física como coadjuvante na melhoria da qualidade de vida, embora ressaltem a importância de se considerar as limitações do indivíduo e a valorização do seu potencial nas atividades a serem executadas. As atividades físicas vinculadas às atividades lúdicas oferecem um fator de proteção contra doenças crônicas degenerativas. Destacam a importância de se investir em ideias e ações que promovam um envelhecimento com mais autonomia, saúde e independência nas instituições para idosos⁶.

O lúdico vêm a contribuir de forma fundamental para a melhoria da autoestima e podem proporcionar vários benefícios, como, trabalhar as emoções, desenvolver a afetividade, estimular a convivência, diminuir o nível de ansiedade e de angústia, além de exercitar as funções psíquicas e cognitivas⁷.

As atividades lúdicas permitem ao idoso desenvolver suas funções psíquicas, muitas vezes deterioradas, desde o ato da percepção até o da linguagem. As atividades lúdicas podem reduzir os fatores estressores, minimizando a ansiedade e a angústia presentes no cotidiano, uma vez que, nesse espaço, a expressão de sentimentos, a socialização e a comunicação são favorecidas por meio da formação de grupos. Brincar é essencial porque, ao fazê-lo, os indivíduos aprendem a estabelecer com o outro uma relação para o crescimento conjunto⁷.

2 METODOLOGIA

No primeiro semestre letivo de 2017, a Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba foi convidada pelo núcleo Cruz Vermelha Hospital Estadual de Emergência e Trauma Senador Humberto Lucena, para realizar uma atividade visando a promoção de saúde e prevenção de

doenças, envolvendo alunos dos cursos de fisioterapia, medicina e nutrição no Lar de Longa Permanência situado na Mata do Amém em João Pessoa-PB. A atividade foi iniciada por uma roda de conversa englobando os temas “Felicidade, Depressão e a Importância da Prática Regular de Atividade Física” pelos alunos de medicina, com a participação de 25 idosos. A dinâmica da atividade consistiu em perguntas sobre a temática para obter participação dos idosos e o esclarecimento de dúvidas sobre o assunto. Após a roda de conversa, os alunos de nutrição enfatizaram a importância da hidratação corporal e distribuíram água mineral para todos os idosos; logo após foram aferidos os sinais vitais de Pressão Arterial (PA) e de Frequência Cardíaca (FC) dos 25 idosos; em seguida os alunos de fisioterapia conduziram a atividade, realizando alongamentos cervical e dos membros superiores com os idosos com duração de 10 minutos objetivando manter a amplitude de movimento e flexibilizar os grupos musculares funcionais; treino de marcha e de equilíbrio ao deambular com passadas largas ultrapassando 8 bastões ao solo como obstáculos, os idosos formaram uma fila e cada um participou uma vez; atividade de dupla tarefa sentado na cadeira passando uma bola de mão em mão com auxílio de musicoterapia, ao parar a música o idoso responde uma pergunta aleatória sobre cor, nome de fruta, nome de pessoas, nome de animais ou equação matemática simples com duração de 15 minutos; treino de marcha em linha reta com 2,5 metros de distância, de forma lúdica como um desfile de moda, formaram uma fila e cada idoso andou pela linha apenas uma vez; treino de lateralidade e orientação espacial com comando verbal indicando as direções frente, traz, direita e esquerda, deambulando sobre um desenho retangular ao solo com 8 divisões internas para locomoção em bipedestação; treino de coordenação motora dos membros superiores, cada idoso realizou dois (2) arremessos de bola dentro de um balde; como forma de agradecimento, um idoso declamou um poema de sua própria autoria.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observou-se participação dos idosos na temática abordada, os mesmos pareceram bastante interessados no assunto e um deles escreveu e recitou um poema de sua própria autoria em forma de agradecimento. Houve bastante aceitação dos idosos quanto às atividades físicas realizadas, os mesmos demonstraram-se felizes e engajados na participação. Com o decorrer da atividade, viu-se o comprometimento dos acadêmicos com a promoção de saúde e prevenção de doenças da população idosa institucionalizada. São inúmeros os benefícios adquiridos pela prática de exercícios físicos

pelas pessoas idosas e têm sido estudado cientificamente nos últimos anos, destacando aqueles que atuam na melhora da capacidade funcional, equilíbrio, força, coordenação e velocidade de movimento, contribuindo para uma maior segurança, independência funcional e prevenção de quedas entre as pessoas idosas⁸.

4 CONCLUSÃO

Essas atividades são necessárias para aumentar a interação em grupo e a socialização entre os envolvidos, melhorando e estimulando a formação de vínculo, responsabilidade do autocuidado, empoderamento dos idosos frente a sua saúde, através de orientações por parte dos profissionais de saúde. Tais atividades buscam a manutenção e a melhora funcional, bem como a independência pessoal de cada idoso, como assim ressaltam diversos autores em publicações atuais sobre os inúmeros benefícios adquiridos com esta prática. As ILPI precisam ser espaços de trocas entre idosos e profissionais, bem como, favorecer atividades que busquem a interdisciplinaridade no cuidado para assistir o idoso de forma integral em seu cuidado, promovendo a melhora da sua qualidade de vida.

Palavras-chaves: Idoso; Institucionalizados; Cuidado Interdisciplinar.

REFERÊNCIAS

1. Carvalho, Maria P.; Dias, Maria O. Adaptação dos idosos institucionalizados. **Rev. Millenium**. 2011;40:161-184.
2. Teresinha Bertoldi, Josiane; Camila Batista, Ana; Ruzanowsky, Samanta. Declínio cognitivo em idosos institucionalizados: revisão de literatura. **Rev. CINERGIS**. 2015;16 (2).
3. Pereira, Bibiana Melher; Visão da equipe multidisciplinar sobre a atuação da fisioterapia em um programa de atendimento domiciliar público. **O Mundo da Saúde**. 2014;38(2):210-218.
4. Piexak, Diéssica Roggia; et al. Percepção de profissionais de saúde em relação ao cuidado a pessoas idosas institucionalizadas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. 2012;15(2)201-208.

5. Peduzzi, Marina. Equipe multiprofissional de saúde: conceito e tipologia. **Rev Saúde Pública**. 2001; 35(1):103-9.
6. Saúde, Organização Mundial da. Prevenção de doenças crônicas: um investimento vital. **Organização Pan-Americana da Saúde**. 2005.
7. Guimarães, Andréa Carmen; Et al. Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. **Pesquisa prática psicossociais**. 2016;11(2).
8. Leal SM, Borges E, Fonseca MA, Alves Junior E, Cader S, Dantas EHM. Efeitos do treinamento funcional na autonomia funcional, equilíbrio e qualidade de vida de idosas. **Rev Brasil Ciência e Movimento**. 2010.