

O CUIDADO À SAÚDE DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

Geovana Brandão Santana Almeida¹
Yane Santana de Almeida²

¹Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Juiz de Fora-Faculdade de Enfermagem-Departamento de Enfermagem Aplicada. E-mail: geovanabrandao@yahoo.com.br

²Arquiteta. Graduada pela Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade Federal de Juiz de Fora. E-mail: yane_almeida@yahoo.com.br

RESUMO

Este trabalho teve como objetivo relatar uma experiência vivenciada, a partir de uma ação de extensão universitária com moradores de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos, no município de Juiz de Fora/Minas Gerais. Para a elaboração do projeto de intervenção intitulado: “O CUIDADO À SAÚDE DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA”, foram considerados como participantes, todos os idosos residentes na Instituição, além dos funcionários, voluntários e estudantes. As atividades foram desenvolvidas na própria Instituição e teve como objetivos: sensibilizar os idosos para a importância de um envelhecimento ativo e saudável; sensibilizar para a importância da realização das atividades básicas de vida diária; discutir a segurança do ambiente em que o idoso vive; reduzir as condições de insegurança presentes no ambiente físico da instituição. Os resultados evidenciados em cada resolução dos problemas identificados, foram essenciais para que os idosos e os demais envolvidos, tivessem a certeza de que é possível reestruturar a nossa maneira de viver, para juntos, buscarmos uma melhor qualidade de vida e, nesse caso, do envelhecimento ativo e saudável. Além disso, foi possível afirmar que as atividades de Extensão Universitária são, indiscutivelmente, o veículo de aproximação entre a academia e a comunidade, com resultados relevantes para a sociedade em geral.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso; Instituição de Longa Permanência para Idosos; Cuidado

INTRODUÇÃO

Envelhecer é um processo inevitável de redução das capacidades físicas e mentais que atinge todas as pessoas, mas, o retardamento desse processo e o conseqüente aumento do tempo médio de vida constitui um dos mais significativos desejos dos últimos tempos. O envelhecimento populacional se configura como um fenômeno mundial e requer atenção especial no campo da promoção da saúde, prevenção de doenças e tratamentos específicos, de modo que essa população possa efetivamente viver com qualidade¹. Considerando o envelhecimento populacional do país, faz-se necessário ampliar as ações direcionadas ao envelhecimento saudável. Os dados do IBGE² indicam que no Brasil, existem 23,5 milhões de idosos e que em 2025 o país ocupará o 6º lugar no mundo. Desse modo, envelhecer de maneira saudável significa, ir além da manutenção de um bom estado de saúde física³. Nesse sentido, além das perdas naturais do organismo também incidem fatores ambientais e socioculturais e o alongamento dele se deve à melhorias das condições de vida, à aquisição de hábitos mais saudáveis de vida e aos avanços da ciência na prevenção e tratamento das doenças¹. A velhice caracteriza-se por um processo biopsicossocial de transformações, ocorridas ao longo da vida, refletindo na diminuição progressiva da eficiência de funções orgânicas (biológica), da ocupação de um novo papel social que poderá ser positivo ou negativo de acordo com os valores sociais e culturais do grupo ao qual o idoso pertence (sociocultural), e, pelos aspectos psíquicos vistos tanto pela sociedade quanto pelo próprio idoso (psicológico). Assim, o envelhecimento faz parte da vida e reflete nas mudanças biológicas, sociais e culturais e, conseqüentemente nas perdas. Estas perdas de funções começam a ficar mais evidentes após os 60 anos. Diversos são os fatores que influenciam no quanto vivemos e como vamos envelhecer. O estilo de vida é determinante para um envelhecer com qualidade, além da herança genética e da exposição a agentes ambientais. O envelhecimento populacional está ocorrendo em um contexto de grandes mudanças sociais, culturais, econômicas, familiares e institucionais. Para o futuro próximo, espera-se um crescimento a taxas elevadas da população muito idosa (80 anos e mais), como resultado das altas taxas de natalidade observadas no passado recente e da continuação da redução da mortalidade nas idades avançadas. No entanto, a certeza do crescimento desse segmento populacional reflete na incerteza das condições de cuidados que experimentarão os longevos⁴. A legislação brasileira estabelece que o cuidado dos membros dependentes deva ser responsabilidade das famílias. Entretanto, este se torna cada vez mais escasso, em função da redução da fecundidade e da crescente participação da mulher no mercado de trabalho, que no passado era a tradicional cuidadora. Este apontamento implica ao Estado e ao mercado privado que dividam com a família as responsabilidades no cuidado com a

população idosa⁵. Assim, uma das alternativas de cuidados não-familiares passa a ser as instituições de longa permanência para idosos (ILPIs), sejam públicas ou privadas. No entanto, a residência em instituições não é uma prática comum na sociedade brasileira. As Instituições de Longa Permanência são hoje uma realidade e, o estímulo ao autocuidado precisa permear a vida das pessoas que residem nesses locais⁶. As pessoas necessitam de reconhecimento, respeito, segurança e de se sentirem participantes de sua comunidade, onde possam expor suas experiências e expressar seus interesses. Nesse sentido, promover ações direcionadas ao bem-estar e a autonomia dos idosos, pode contribuir muito para uma melhor qualidade de vida. Diante disso, alerta-se para a necessidade das parcerias estabelecidas entre a universidade e a sociedade, com vistas ao fortalecimento das ações junto aos idosos, por meio das ações extensionistas. Considerando a grande contribuição da academia nesse cenário, é singular que se amplie as discussões no escopo das ações de promoção à saúde dos idosos e ao envelhecimento saudável. O objetivo desse estudo é relatar uma experiência vivenciada com idosos residentes em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos, através de atividade de intervenção realizada por acadêmicos do Curso de Enfermagem e de Arquitetura e Urbanismo da Universidade Federal de Juiz de Fora.

DESENVOLVIMENTO

Estudo descritivo, tipo relato de experiência, produzido a partir de um projeto de Extensão da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Juiz de Fora/MG, desenvolvido em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), no município de Juiz de Fora, pelos estudantes do curso de graduação em Enfermagem e uma discente do curso de Arquitetura e Urbanismo da UFJF, no ano de 2016 e 2017. O projeto de extensão teve como objetivos: sensibilizar os idosos para a importância de um envelhecimento saudável e ativo; sensibilizar para a importância da realização das atividades básicas de vida diária; discutir a segurança do ambiente em que o idoso vive; reduzir as condições de insegurança presentes no ambiente físico da instituição. Para atender à proposta do projeto, considerou-se todos os idosos residentes na ILPI, independente da condição física que se apresentava no momento. O desenvolvimento do projeto percorreu o seguinte itinerário metodológico: elaboração da proposta intitulada: “O cuidado à saúde de idosos residentes em uma instituição de longa permanência” (Projeto de Extensão), com a apreciação e aprovação da direção da ILPI e da Pró-Reitoria de Extensão Universitária da UFJF. Após os trâmites administrativos, apresentou-se a proposta aos idosos residentes na ILPI, funcionários, estudantes e voluntários. Somente a partir dos ajustes acordados, deu-se início às ações. Participaram das atividades 26 idosos, residentes na ILPI, com idade entre 62 e 101 anos, além de

voluntários, funcionários da Instituição, estudantes do curso de Enfermagem e do curso de Arquitetura e Urbanismo e a coordenadora do projeto de Extensão. As atividades aconteceram sempre às sextas-feiras, no turno da tarde, na própria Instituição. Os idosos foram estimulados a buscar estratégias que favorecessem a sua independência e autonomia, vislumbrando um envelhecimento ativo e com qualidade. Assuntos como prevenção de quedas foram muito importantes para que os idosos tomassem a decisão de readequação do seu espaço físico/residência. Outros temas como: prevenção de agravos decorrentes de doenças crônicas, práticas de atividades físicas, terapias ocupacionais, cuidados com o ambiente, oficinas de memória, foram atividades oferecidas e desenvolvidas na ILPI. Além disso, é importante destacar que a convivência de pessoas mais jovens com os idosos pode ser importante para repensarmos a vida cotidiana e reelaborar cuidados destinados à população em geral. Essa interação que ocorreu entre os discentes participantes do projeto e os idosos, permitiu uma reflexão sobre a maneira como os jovens e adultos estão se preparando para o futuro. Outro aspecto relevante diz respeito à adaptação do ambiente às necessidades de cada idoso. O cuidado com escadas, rampas, barras de segurança para a prevenção de quedas, foram assuntos discutidos e, dentro das possibilidades, providenciados e/ou encaminhados para a adaptação, de acordo com as necessidades de cada idoso residente na instituição. Dentre as atividades que foram desenvolvidas nesse projeto, há um destaque para a oficina de memória. Esta tem sido uma grande aliada do envelhecimento ativo e saudável e uma experiência de construção coletiva de conhecimentos entre os idosos e os demais participantes. Este projeto, ao enfatizar o estímulo aos principais aspectos da memória na perspectiva da prevenção de declínio, contribui diretamente para a preservação e potencialização de um dos principais requisitos à saúde do idoso, segundo a Organização Mundial da Saúde, a qual destaca a sua capacidade cognitiva⁵. O declínio desse processo mental se evidencia com o passar dos anos e, estão entre as principais queixas de saúde da população idosa. As falhas da memória podem representar para a pessoa idosa uma incapacidade de agir no seu ambiente. Por esta razão, torna-se indispensável não só a prevenção e reabilitação de déficits, mas a estimulação dos aspectos da memória que são mantidos saudáveis. Nesse sentido, os idosos que participaram do projeto trouxeram relatos de melhoras e vontade de participar cada vez mais das atividades propostas e, apontaram que as oficinas tem possibilitado um despertar da atenção para o desenvolvimento de atividades cotidianas, como por exemplo: o cuidado no momento de cozinhar

(esquecer o fogo aceso), o apagar de luzes que antes eram esquecidas acesas, a perda de objetos dentro da própria casa, o esquecimento dos horários dos medicamentos, das ginásticas, das consultas em geral, dos grupos na Unidade de Atenção Básica dentre outros, fazendo com que se sintam mais independentes e seguros para o cuidar de si. Nesse sentido, a memória sugere na conservação de uma lembrança. Mais que a evocação de informações, envolve processos de aquisição, gravação e conservação, possuindo a capacidade de modificar o comportamento em função de experiências anteriores⁷. Ao realizarem as atividades propostas nas oficinas de memória, os idosos têm percebido que a atenção perdida pode ser resgatada em diferentes situações. O desenvolvimento de exercícios com o objetivo de despertar a atenção, tem sido o mais destacado pelos idosos como positivo para a vida. O resgate das lembranças os torna mais atentos para o presente. Além da oficina de memória, os idosos aceitaram e se envolveram bastante com a prática das atividades físicas, orientadas por um profissional especializado. Também é fato que, discutir a melhor organização do espaço físico onde vivem, os tornaram protagonistas do seu cuidado, além, de se perceberem participativos e importantes para a Instituição. Assim, o desenvolvimento desse projeto de extensão, tem sido uma grande oportunidade para refletir sobre o processo de envelhecimento saudável, acreditando de fato que é possível envelhecer com o passar dos anos, sem necessariamente, adoecer. O envelhecimento “normal” (senescência), inclui eventos “normais”/naturais que ocorrem com o passar do tempo e que nos levam a um declínio funcional, aumentando nossa vulnerabilidade à probabilidade de ficarmos doentes. A senescência tem características particulares, e, mesmo entre indivíduos da mesma idade pode haver grandes diferenças nos aspectos funcionais. Percebemos que há idosos bem dispostos e em boas condições de saúde e, há também idosos cansados e com muitos problemas de saúde. O desenvolvimento do projeto propiciou discussões importantes, possibilitando a troca de saberes entre os envolvidos e o estreitamento dos laços de afetividade entre os moradores, discentes e funcionários, o que culminou em resoluções de problemas de ordem administrativa, técnica e organizacional, levando-se em conta, principalmente, as necessidades de cada idoso. Nesse contexto, percebeu-se que as atividades educativas são ferramentas muito importantes que propiciam a promoção da saúde e devem ser desenvolvidas a todo momento e em todos os espaços, fortalecendo os vínculos e promovendo interação entre os diferentes saberes. A valorização das representações apresentadas por cada participante foi essencial para a reestruturação das diferentes oficinas em cada encontro.

CONCLUSÃO

As atividades de Extensão Universitária são, indiscutivelmente, o veículo de aproximação entre a academia e a comunidade, com resultados relevantes para a sociedade em geral. O presente projeto revela que, a aproximação dos conhecimentos entre os diferentes saberes, fortalece os vínculos e traz grande contribuição social. Dentre as atividades propostas e desenvolvidas nesse projeto, a educação para a saúde, na perspectiva da interação entre os idosos e a comunidade onde vivem, precisam ser fortalecidas e continuamente desenvolvidas. A metodologia utilizada foi muito importante, no sentido da participação de todos os envolvidos. Os resultados evidenciados em cada resolução dos problemas identificados, foram essenciais para que os idosos e os demais envolvidos, tivessem a certeza de que é possível reestruturar a nossa maneira de viver, para juntos, buscarmos uma melhor qualidade de vida e, nesse caso, de envelhecimento ativo e saudável.

REFERÊNCIAS

- 01- Brasil. Ministério da Saúde (MS). *Saúde lança ferramenta para melhorar atendimento ao idoso*. 2017.[acesso em 27 de set 2017]. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/portalsaude/index.cfm?portal=pagina.visualizarNoticia&codConteudo=2548&codModuloArea=162&chamada=sau-de-lanca-ferramenta-para-melhorar-atendimento-ao-idoso>
- 2- Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE). Tábua completa de mortalidade – 2010. [Acesso em: 21 jan. 2012]. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/tabuadevida/2010/notastecnicas.pdf>.
- 3- TahanJ, Carvalho ACD. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. *Saúde Soc.* 2010; 19 (4):878-888.
- 4- World Health Organization. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.
- 5- Gonçalves CR. *Direito civil brasileiro: responsabilidade civil*. 4. ed. São Paulo: Saraiva; 2009. V 4.
- 6-CamaranoAA, Kanso S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil.*Rev. Bras. Estud. Popul.* 27 (1). São Paulo; 2010.
- 7- Lent R. *Cem bilhões de neurônios: conceitos fundamentais de Neurociência*. São Paulo: Atheneu; 2001.