

OFICINA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA⁶

Juliany Ingridy Silva de Medeiros¹
Wesley Queiroz Peixoto²
Vitória Nogueira Brasil³
Márcia Celiany Rodrigues Medeiros⁴
Dorisângela Maria de Oliveira Lima⁵

RESUMO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) preconiza que a atenção ao idoso não pode ser resumida apenas em assistencialismo, é necessário políticas amplas e articuladas que garantam um envelhecimento saudável. É buscado constantemente novas ferramentas para o envelhecimento bem-sucedido e a educação em saúde é uma alternativa positiva para essa questão por trabalhar principalmente a promoção a saúde e a prevenção de agravos, além de ofertar ao idoso autonomia sobre seus cuidados em saúde. Considerando este cenário, o presente trabalho aborda os saberes compartilhados através de uma oficina educativa realizada por extensionistas de Enfermagem para aposentados do Instituto Municipal de Previdência Social dos Servidores de Mossoró (PREVI Mossoró), participantes do Projeto Viver Melhor. A oficina abordou a temática de suporte básico de vida com a finalidade de orientar sobre primeiros socorros em diversas situações cotidianas. A metodologia adotada para essa produção foi a união entre a pesquisa qualitativa, bibliográfica e a observação participante para melhor compreensão do relato desta vivência. Dentre os resultados, é dado um destaque para as inúmeras partilhas de situações vividas pelos participantes dentro da temática abordada e a importância dada por eles ao esclarecimento sobre ações corretas nos primeiros socorros. Destaca-se ainda os sentimentos de autonomia, protagonismo e empoderamento dos participantes após vivenciar esta oficina de educação em saúde.

Palavras-chave: Envelhecimento bem-sucedido, Educação em saúde, Enfermagem, Envelhecimento.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo de natural, em que ocorre mudanças biológicas, psicológicas e funcionais que impactam diretamente na qualidade de vida do indivíduo.

Considerando este palco de transformações, o Instituto Municipal de Previdência Social dos Servidores de Mossoró (PREVI Mossoró) oferta, por meio do Projeto Viver

¹Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - UnP, julianyingridy@gmail.com;

²Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - UnP, queiroz1q@hotmail.com;

³Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar – UnP, vitorianogueira.brasil@hotmail.com;

⁴Assistente Social formada pela Universidade Potiguar - UnP, especialista em Políticas Públicas e Intervenção Social, marciapeixotodemedeiros@hotmail.com;

⁵ Professor orientador: mestranda do curso de Serviço Social da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - UERN, dorinhamolima@gmail.com.

⁶Estudo realizado a partir de vivência da extensão universitária do curso de enfermagem no Projeto Viver Melhor, do Instituto Municipal de Previdência Social dos Servidores de Mossoró/RN

Melhor, um vasto número de atividades destinadas aos aposentados assistidos pelo instituto. Semanalmente são realizadas aulas de dança, aulas de canto coral, caminhada e exercícios orientados e hidroginástica. Também são desenvolvidas periodicamente atividades de capacitação, como cursos de culinária, artesanato e informática, e eventos que proporcionam lazer e convívio social.

O projeto conta com extensionistas dos cursos de enfermagem, nutrição, psicologia, educação física e fisioterapia que contribuem de forma multidisciplinar para a assistência em saúde dos aposentados e para a avaliação e melhoria de todos os processos desenvolvidos dentro do Viver Melhor.

O presente estudo trata-se de um relato de experiência da equipe extensionistas do curso de enfermagem da Universidade Potiguar (UnP) no Projeto Viver Melhor do PREVI, composta por quatro acadêmicos, que realizaram uma Oficina de Educação em Saúde com um grupo de idosos aposentados, a qual será alvo deste relato.

A Oficina teve como tema suporte básico de vida, conhecido de forma mais popular como primeiros socorros.

Os resultados esperados consideram o conhecimento a ser apreendido pelos aposentados e a capacidade destes de utilizarem este saber em situações de sinistros que venham a ocorrer com eles ou em sua presença.

A metodologia tem solo na pesquisa qualitativa, bibliográfica e observador participante, que juntas integram os conhecimentos descritos nesta produção.

A importância do trabalho deve-se ao fato de, além da partilha desta estratégia de ação voltada a idosos aposentados vinculados a um projeto social, também reflete a possibilidade da Enfermagem atuar em trabalhos multidisciplinares, em espaços extra-hospitalares.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de um relato de experiência de caráter descritivo, qualitativo, por considerar não apenas dados factíveis, mas também as emoções, sentimentos, valores envolvidos no cotidiano do público de aposentados.

Para sua construção, foi utilizada a associação da pesquisa bibliográfica e observação participativa.

A pesquisa bibliográfica é um método indispensável na fundamentação de produções de cunho científico que busca discorrer sobre a temática escolhida baseando-se em achados de fontes confiáveis, como livros, revistas, manuais e dicionários, dentre outros. (MARTINS; THEÓPHILO, 2016). Essa metodologia embasou a construção do conteúdo exposto na oficina educativa como também respaldou a elaboração dos pontos discutidos no transcurso deste trabalho.

A observação participante, que Mónico (2017) descreve como um processo de pesquisa no qual o investigador é participante ativo no cenário de coleta de dados e configura-se como o próprio instrumento de pesquisa, sendo o método mais utilizado para descrever experiências adquiridas a partir de ações, foi aplicada para validar os relatos da presente produção.

As principais contribuições veio das obras de Pilger *et al.*, (2015) e Silva *et al.* (2013) por relacionarem as ações de educação em saúde com ferramentas para a promoção do envelhecimento bem-sucedido. Também pautou-se no que preconiza a política nacional do idoso (PNI).

DESENVOLVIMENTO

Pesquisas apontam que em 2020, o Brasil ocupará o sexto lugar em quantitativos de idosos no mundo, obtendo número superior a 30 milhões de idosos em sua população, tendo em vista que é considerado como população idosa aqueles que possuem 60 anos ou mais, onde rege a Política nacional do idoso. (PILGER *et al.*, 2015)

Esta constatação traz a tona a necessidade de intervenção de instituições públicas e privadas diante do processo de envelhecimento, da formatação e implementação de políticas públicas capazes de contribuir com um envelhecer mais saudável. Esta premissa também é sublinhada pelo Estatuto do Idoso, em seu Art. 2º, que afirma que o idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata este Estatuto, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade.

A ampliação da expectativa de vida motiva diferentes atores na tentativa de oferecer respostas às peculiaridades envolvidas no processo de envelhecimento. Esta preocupação é alvo de intervenção por parte do PREVI Mossoró, que através do Projeto Viver Melhor, contempla

aposentados e pensionistas com uma gama de ações sociais, de saúde e qualidade de vida, de geração de renda e empreendedorismo, de relacionamentos interpessoais e familiares, abrangendo aspectos ligados à autoestima, autoaceitação, automotivação, possibilitando a criação de novos projetos de vida.

Os Extensionistas de Enfermagem, assim como de outros cursos, desenvolvem inúmeras ações com base nestes objetivos. Afunilando para uma destas intervenções, em virtude da aceitação e impactos positivos que esta causou, o trabalho versa sobre a Oficina de Educação em Saúde, a qual contemplou um público de 30 idosos participantes do Projeto Viver Melhor e foi desenvolvida nas dependências do Instituto, em dois dias consecutivos, com duração de 4 horas/dia.

A ação corrobora com o que preconiza a Organização Mundial de Saúde, no tocante à atenção ao idoso, que não pode ser resumida apenas em assistencialismo, é necessário políticas amplas e articuladas que garantam um envelhecimento saudável. (PILGER *et al*, 2015)

Alicerçados nestas informações, somadas à vivência no Projeto e a percepção da necessidade dos aposentados, a Oficina de Educação em Saúde, intitulada “I Oficina de Enfermagem para Viver Melhor”, elegeu a temática Suporte Básico de Vida, conhecido de forma mais popular como Primeiros Socorros, tendo seu conteúdo dividido em cinco módulos. Destaca-se que para a materialização desta ação houve a supervisão acadêmica e prática de uma professora de Enfermagem.

Inicialmente buscou-se compartilhar com os participantes o conceito de primeiros socorros, tomando como base a produção de Floriano (2010), que o define como um conjunto de atitudes e procedimentos, em situações de urgência e emergência, prestados à vítima e que tem por objetivo manter os sinais vitais e evitar agravos até o início dos cuidados por parte de uma equipe especializada.

No primeiro módulo foi discutido primeiros socorros em engasgos, trazendo condutas atualizadas de como proceder em situações deste tipo, ensino das manobras de *heimlich* e tapotagem, além de informações sobre o que nunca devemos fazer diante de uma situação de engasgo.

Por ser um evento comum no cotidiano das pessoas, muitos foram os relatos dos participantes que já viveram situações de engasgo e foram unânimes os discursos de, até

então, não saber proceder nesse tipo de ocorrência. Com o decorrer do módulo, o público foi treinado sobre como prestar assistência nesses casos, além disso, as dúvidas existentes foram sanadas e todos tiveram a oportunidade de praticar em simuladores de alta complexidade sob a supervisão dos facilitadores da oficina educativa.

O segundo módulo contemplou primeiros socorros em síncope, ofertando informações de como atuar quando presenciar esse tipo de evento. Também foi listado condutas erradas no socorro que podem trazer prejuízo as vítimas. Síncope pode ser definida como a perda súbita da consciência, associada à incapacidade da manutenção do tônus postural, com recuperação imediata e espontânea. Independentemente de sua causa, esse quadro é decorrente de uma hipoperfusão cerebral e tem uma curta duração (entre 10 e 20 segundos). (SILVA *et al*, 2015)

Essa temática, assim como a anterior, é muito presente no cotidiano, principalmente da pessoa idosa, por isso não faltou relatos sobre a experiência com este tipo de evento por parte do grupo participante. Foi observado que havia grande quantidade de dúvidas acerca da tomada de decisão em casos como este, mesmo sendo uma situação corriqueira. Todas as dúvidas verbalizadas pelos participantes foram sanadas.

O terceiro módulo trouxe informações sobre primeiros socorros em convulsões, listando mitos e verdades e diferenciando convulsão de epilepsia, além de treinar os participantes sobre como intervir em episódios do tipo.

A crise convulsiva é ocasionada no momento em que acontece uma atividade elétrica do cérebro desregular, esse incidente faz com que exista um trabalho desequilibrado por parte dos neurônios, onde pode ocasionar na maioria das crises, a perda momentânea de consciência, acompanhada de espasmos musculares involuntários, manifestado por movimentos irregulares, repetitivos e acelerados de todo o corpo. Além desses, o excesso de saliva, alucinações, vertigens, delírios, e perda do controle do processo urinário e defecação são também sintomas da crise convulsiva. Diante dos sinais retratados, é frequente as pessoas se amedrontarem ao se defrontar-se com o incidente e possuírem medo em socorrer. (HONJOYA; RIBEIRO, 2017)

Neste modulo observou-se que existiam inúmeros tabus e preconceitos decorrentes das próprias crenças populares, podemos citar como exemplo a informação que alguns participantes tinham de que a crise convulsiva poderia ser transmitida por meio da saliva da

vítima ou ainda que esses episódios estivessem ligados a questões religiosas e por isto, a grande maioria não prestava qualquer tipo de auxílio a uma vítima diante de uma situação como essa. Foram discutidas todas as crenças apresentadas pelos participantes, a equipe ministrante da oficina se empenhou em sanar todas as dúvidas e incentivou a quebra dos estigmas com a crise convulsiva.

No quarto módulo foi repassado como deve ser os cuidados imediatos em queimaduras. Foi explanado acerca dos graus de queimadura, como proceder em casos desse tipo e também sobre o que nunca fazer nessas situações, desfazendo informações erradas que o público tinha sobre os cuidados com esse tipo de ferimento. Nesse módulo foi utilizado a técnica de *bodypaint*, que consistiu em uma representação realista, no corpo de uma modelo, dos diferentes graus de queimadura.

Queimaduras são lesões traumáticas ocasionada, na parte das vezes por agentes térmicos, químicos, elétricos ou radioativos. Estão nos tecidos de proteção do corpo humano, determinando destruição parcial ou total da pele, podendo atingir camadas mais profundas, como ossos, músculos, tecido celular subcutâneo, e tendões. As queimaduras são classificadas de acordo com a sua profundidade e tamanho, sendo geralmente mensuradas pelo percentual da superfície corporal lesionada. (ALMEIDA; SANTOS, 2013). Pesquisas revelam que o maior número dos acidentes envolvendo queimaduras ocorre em âmbito residencial, principalmente durante o preparo das refeições. Os idosos, em virtude de sua capacidade de reação inferior e diante suas naturais limitações físicas, são classificados como grupo de alto risco para queimaduras. (BRASIL, 2012)

Durante a discussão sobre queimaduras, o que mais se observou foram relatos de uso inadequado de substâncias para sanar a dor oriunda desse tipo de lesão. Foi treinado o manejo correto da lesão e demonstrado como tratamentos inadequados podem interferir na recuperação.

O quinto e último módulo trouxe treinamento de como identificar uma parada cardiorrespiratória e como devem ser realizadas as manobras de reanimação cardiopulmonar.

A assistência em uma parada cardiorrespiratória é complexa, no entanto, uma manobra básica de reanimação cardiopulmonar pode ser executada por qualquer pessoa, podendo, desde que bem realizada, resultar na manutenção da circulação dos órgãos vitais até a chegada de um atendimento especializado. Considerando o expressivo número de paradas

cardiorrespiratórias que ocorrem diariamente, o treinamento de leigos constitui uma opção que pode salvar muitas vidas (SOUZA *et al.*, 2014).

Além do ensino de técnicas para identificação de uma parada cardiorrespiratória, neste módulo foi discutido a abordagem primária e riscos ao prestador de socorro. Também foi feito o treinamento prático de técnicas de reanimação cardiopulmonar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Silva *et al.* (2013) relata que as atividades educativas para idosos oferecem novos conhecimentos e ajudam a saber distinguir o saber popular do conhecimento científico, o que muito corrobora com o observado durante todo transcurso da oficina, onde o pouco que os participantes sabiam sobre as temáticas abordadas advinham de conhecimentos populares adquiridos e difundidos ao longo de gerações e, por muitas vezes, foi visto que esses conhecimentos estavam em desuso, ou ainda, que eram ações totalmente inadequadas para a situação exposta.

Além do conhecimento popular, questões culturais e religiosas também interferiam no relato de práticas adotadas por esses indivíduos no tocante a saúde e, dentro da temática trabalhada, no socorro em situações de urgência e emergência.

Entretanto, a educação em saúde também se configura como uma ferramenta de transformação nos hábitos da população idosa, sendo capaz de induzir novas posturas no cotidiano, tendo como maiores benefícios a inclusão social, autonomia, autoestima e segurança, sendo estes impulsores para um envelhecimento mais saudável. (SILVA *et al.*, 2013)

Pode-se observar uma necessidade latente de ofertar, cada vez mais, ações como essa, pois elas modificam o olhar do idoso para o cuidado com sua própria saúde e promove um aumento na qualidade de vida. (CARVALHO *et al.*, 2015)

Nesse cenário, a extensão acadêmica vem se destacando como peça fundamental, pois através do aluno é compartilhado saberes adquiridos em sala de aula com a comunidade, possibilitando um compartilhamento mútuo de conhecimento, por meio do ensino e da pesquisa desenvolvida na instituição, buscando suprir as necessidades da comunidade ou

grupo onde a universidade se insere, compartilhando e causando mudanças na realidade social. (SILVA *et al.*, 2013)

Destarte, a oficina ofertou conhecimentos julgados pelos participantes como de extrema relevância e isso pode ser atribuído a formatação da oficina totalmente pensada para o perfil dos aposentados.

Por ter sido adotado uma metodologia dinâmica, utilizando tecnologias inovadoras, como simuladores de alta fidelidade e técnicas de demonstração realista como o *bodypaint*, para realização de práticas em todos os módulos trabalhados, além de todos os conteúdos terem sido contextualizados para quem estava presente e utilizado linguagem menos técnica e mais clara, o público concluiu a oficina demonstrando segurança para intervir na ocorrência de algum dos eventos discutidos e também para orientar um terceiro quando necessário.

Além da satisfação de adquirir novos conhecimentos, também se pode observar como a educação em saúde promove sentimentos de autonomia e empoderamento, fazendo o idoso sentir-se útil e ativo, o que reflete diretamente na sua autoestima, saúde e bem-estar.

Junto com a relevância da oferta de conhecimento sobre questões de saúde, durante os dias de oficina foi observado que essas ações promovem uma quebra na rotina, sendo configurada como um espaço para a interação social e isso colabora de forma significativa no bom estado geral do indivíduo, sobretudo, no indivíduo idoso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ações de educação em saúde abrem uma vertente para a força de trabalho da enfermagem, que não mais fica detida ao ambiente hospitalar e a práticas curativistas, mas ocupam diversos outros espaços e adota medidas de promoção a saúde, tornando-se propagadores de conhecimentos.

Quando aplicada com a população idosa, essas ações impactam diretamente na qualidade de vida dos indivíduos, pois multiplica informações corretas e dá ao idoso autonomia sobre seu cuidado com a saúde.

Momentos de discussão em grupo, com ações que fujam da rotina, são extremamente benéficos para a interação social e a saúde mental da população idosa.

Houveram limitações no tocante ao encontrar fundamentação teórica da temática proposta contextualizada para treinamento de idosos, o que se configura como um estímulo para produções nessa linha.

O presente estudo também abre janela para produções similares e estimula a difusão de práticas que resultem em envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Por fim, essa oficina educativa representou um estímulo para o empoderamento dos idosos em relação ao autocuidado e ao cuidado de sua família e deu-lhes oportunidade de vivenciar novas experiências.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, José Wylker Farias; SANTOS, Joyce Nunes dos. Assistência de enfermagem em grupos de riscos a queimadura. **Revista Brasileira de Queimaduras**, Curitiba- Pr, v. 12, n. 2, p.71-76, 2013.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. **Cartilha para tratamento de emergências das queimaduras**. Brasília, DF, 2012.

BRASIL. Lei n. 8.842 de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. **Diário oficial da República Federativa do Brasil**. Brasília, 4 de janeiro de 1994. Seção 173:10

CARVALHO, I. F. *et al.* Uso da bandagem infrapatelar no desempenho físico e mobilidade funcional de idosas com história de quedas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 1, p. 119-127, 2015.

FLORIANO C.O, Manual de primeiros socorros. **Associação dos Funcionários da Uncaoinhas**, Porto União, 2010.

HONJOYA, M. M. B.; RIBEIRO, P. P. M. Crise convulsiva: Relato de um treinamento. **BrazilianJournalOfSurgeryAndClinicalResearch – Bjsr**, São Paulo, v. 20, n. 1, p.104-107, 2017.

MARTINS, G. A.; THEÓPHILO, C. **Metodologia da investigação científica para ciências sociais aplicadas**.3. ed. São Paulo: Atlas, 2016.

MÓNICO, L. S. *et al.* A Observação Participante enquanto metodologia de investigação qualitativa. **Congresso Ibero-Americano Em Investigação Qualitativa**. Salamanca. Atas, 2017. v. 3, p. 724 - 733.

PILGER, Calíope *et al.* Atividades de promoção à saúde para um grupo de idosos: um relato de experiência. **Rev. enferm. atenção saúde**, p. 91-97, 2015.

SILVA, A. F. L. da et al. Pensando extensão universitária como campo de formação em saúde: uma experiência na Universidade Federal Fluminense, Brasil. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 17, n. 45, p. 371-384, 2013.

SILVA, R. M. F. L. *et al.* Síncope em idosos. 2015.

SOUZA, B. C. A. P. *et al.* Ressuscitação cardiocerebral básica precoce: Considerações sobre o treinamento dos leigos no Brasil. **NBC**, Belo Horizonte, v. 04, n. 08, dez. 2014.