

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Luana Diniz Campos¹
Ana Paula Torres dos Santos²
Maria Eliziane Guimarães Menino³
Mayrlla Myrelly Vieira Formiga⁴
Sandra Fernandes Pereira de Melo⁵

INTRODUÇÃO

Envelhecer é um processo natural que implica em mudanças graduais relacionadas à idade biológica e mental. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), esse processo é sequencial, individual, cumulativo, irreversível, universal, não patológico de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie, de maneira que o tempo o torne menos capaz de fazer frente ao estresse do meio ambiente e, portanto, aumente sua possibilidade de morte.

Esse processo é caracterizado também por alterações biológicas, sociais, culturais e emocionais. Dessa forma, tendo em vista que o número de idosos no Brasil é crescente e que eles são os principais usuários dos serviços de saúde por causa da própria fisiologia do envelhecimento, entender a velhice em sua totalidade é primordial para que suas necessidades em saúde sejam identificadas e atendidas de modo que sua autonomia seja preservada (FECHINE; TROMPIERI, 2012; FREITAS; QUEIROZ; SOUSA, 2010).

Nesse sentido, pensando na fisiologia do envelhecimento, os idosos são vulneráveis sociais que precisam de uma maior assistência não só médica, mas também familiar. Entretanto, devido, em especial às atuais mudanças nas configurações sociais, essa contribuição passou, em muitos casos, a ser executada por Instituições de Longa Permanência (ILP) (SILVA et al., 2017). No entanto, quando nos deparamos com as dificuldades que o idoso enfrenta para se

¹ Graduada do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba – FCM, luanadcfisio@gmail.com;

² Graduada do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCM, anap-torres@hotmail.com;

³ Graduada do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba – FCM, elizianeguimaraes.enf@gmail.com;

⁴ Graduada do Curso de medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCM, mayrlla.myrelly@outlook.com;

⁵ Graduada em fisioterapia pela Unipê e pós graduada em Educação e fisioterapia pneumofuncional, sandrafermelo@hotmail.com.

adaptar as novas condições de vida, percebemos que ele se torna ainda mais vulnerável, principalmente, a depressão (PRADO, 2015). Dessa maneira, infere-se mais um desafio para os profissionais de saúde de como oferecer uma assistência holística e humana para essas pessoas institucionalizadas.

Diante disso, surge-se uma essencial ferramenta acadêmica que contribui com excelência na formação de profissionais mais conscientes e capacitados frente esses desafios: a extensão. Ela é um ato que ultrapassa os muros da faculdade levando para a comunidade o conhecimento técnico ao mesmo tempo em que os estudantes conseguem aprender na prática a importância de uma assistência integral a idosos, em especial institucionalizados. Com isso, é de grande valia para formação acadêmica de qualquer profissional que deseja crescer pessoalmente e academicamente, uma vez que permite uma melhor interação com outros profissionais e estimula também a produção científica.

Por conseguinte, é inegável a necessidade da qualificação por parte dos profissionais de saúde sobre a realização de uma assistência eficaz com o desenvolvimento de articulações multiprofissionais para a promoção de saúde a uma parcela social vulnerável e crescente que consome cada vez mais recursos de um sistema já precário e superlotado. Assim, o objetivo desse estudo é relatar a experiência de acadêmicos de medicina atuando em uma ILP no município de Cabedelo-PB e efetuando ações de promoção da saúde com artifícios lúdicos e de metodologia ativa.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, desenvolvido no período letivo de 2018.2 a 2019.1 no decorrer dos meses de agosto até maio, período de realização dos encontros teórico-práticos do Projeto de Extensão “Envelhecimento e Direitos Humanos: por uma atenção gerontológica e geriátrica centrada na pessoa” (PEEDI), do eixo: Ensino, Extensão, Serviço e Comunidade, da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba (FCM-PB).

A extensão ocorreu em um Lar de Idosos, de caráter filantrópico, criado em 1971, pertencente ao município de Cabedelo-PB. Nesse residem 42 idosos, sendo 16 homens e 26 mulheres.

A prática científica foi vivenciada por alunos dos cursos de Medicina, Nutrição e Farmácia durante visitas matinais aos sábados à instituição. O projeto contou com a participação de 2 docentes e 15 discentes tendo como objetivos principais: conhecer o idoso, identificar suas necessidades, realizar intervenções terapêuticas e avaliar a eficácia destas. Esses objetivos ofertaram aos alunos um desenvolvimento das habilidades de comunicação e cuidado humanizado, além de fornecerem um olhar crítico profissional.

Para as visitas, as docentes dividiram os alunos em duplas, que escolherem, acolheram e acompanharam um idoso durante o período de realização dos encontros; essa escolha teve como critérios, basicamente, a afinidade com o idoso e seu status cognitivo preservado. Além de visitas individualizadas pelas duplas, tiveram 7 atividades coletivas com todos os alunos do projeto e um número maior de idosos (aproximadamente 20), as quais exploravam a capacidade funcional, cognitiva e a socialização dos idosos. Todas as atividades, individualizadas por dupla e coletivas, eram precedidas de reuniões com as docentes, que orientavam as ações e a forma de abordagem com os idosos.

Não houve a necessidade de submissão das práticas das atividades ao Comitê de Ética em Pesquisa, porém preocupações ético-legais se tornaram presentes durante todo o período de vivência e de realização desse relato, bem como sigilo quanto à identidade dos idosos e da instituição envolvida. Além disso, a instituição assistida foi de total acordo com as práticas realizadas sob supervisão das docentes.

DESENVOLVIMENTO

Os idosos têm doenças crônicas e múltiplas que exigem cuidados permanentes, medicações contínua, exames periódicos e acompanhamento constante. Com isso, a escassez de recursos frente a uma parcela populacional que é crescente e que consome muito os serviços de saúde é um dos desafios atuais. A partir disso, faz-se preciso encontrar meios para que essas pessoas tenham acesso de forma democrática e com equidade a serviços e tecnologias afim de que o aumento da expectativa de vida não seja apenas um prolongar da vida de maneira sofrida, mas sim um envelhecimento saudável (FECHINE; TROMPIERI, 2012).

Esse envelhecimento saudável é caracterizado por medidas subjetivas, como disposição de vida e de espírito e afeto, e por objetivas: independência, morbidade e mortalidade. Nesse sentido, a qualidade de vida na longevidade está em se ocupar com atividades prazerosas, em

se envolver espontaneamente com atividades ocupacionais que beneficiem sua capacidade criativa como repousar, divertir-se ou recrear-se (MENEZES, 2018).

Diante disso, infere-se o dever dos profissionais de saúde em proporcionar estratégias para a promoção desse envelhecer ativo, como defendido pelas políticas públicas. Com isso, a educação em saúde surge como uma excelente ferramenta que possibilita a participação do indivíduo em grupos, favorece o controle de sua vida e o torna protagonista de seu processo de saúde e doença. Outrossim, esse instrumento também permitiu a relação diálogo-reflexiva entre profissional e usuário, proporcionando vínculo e percepção do idoso como participante ativo da tomada de decisões (MALLMANN, 2015).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, tivemos como primeira atividade do PEEDI no Lar de Idosos conhecer o local, as dependências, o funcionamento e as pessoas que lá residem. As primeiras visitas foram marcadas pela construção do vínculo entre o idoso “escolhido” e o aluno e, também, por uma boa relação de acolhimento e respeito. Costa, Garcia e Toledo (2016), afirmam que o acolhimento visa o conforto e designa relações interpessoais destinadas a reconhecer o usuário inserido em seu contexto de vida, bem como suas dimensões subjetivas e objetivas. Assim, de forma humanizada, a escuta qualificada foi essencial para a vivência no decorrer do período; através dela, compreendemos alegrias, frustrações, esperanças e angústias relatadas pelos idosos.

Com a ajuda dos prontuários e dos profissionais que trabalham na instituição, ficamos informados das patologias que acometem os indivíduos, o comportamento desde a chegada, suas limitações e particularidades a serem exploradas. Em consequência disso, debatemos com as docentes e demais alunos temáticas importantes para o auxílio da longevidade no idoso. A equipe multiprofissional que compõe o projeto foi fundamental para o planejamento das atividades, pois, por meio dela, conseguimos explorar o idoso na sua totalidade. O trabalho em equipe multiprofissional é representado pelo trabalho coletivo, sendo este baseado na reciprocidade das relações entre as múltiplas intervenções técnicas e as interações dos integrantes das diversas profissões; a associação da cooperação e das ações multiprofissionais é dada, primordialmente, através da comunicação (FERREIRA; VARGA; SILVA, 2009).

As atividades coletivas foram elencadas almejando melhora funcional, motora, cognitiva, comportamental e fisiológica dessa classe assistida; somado a isso, foi levado em

consideração a socialização do idoso e a compatibilidade com as práticas interativas. Para Martins et al (2007), a identificação dos problemas relacionados ao processo de envelhecimento, o desenvolvimento de medidas profiláticas, de cura e reabilitação, bem como a ressocialização do idoso são estimulados através do trabalho coletivo.

Desta forma, nossa abordagem com os idosos se deu através de atividades lúdicas de fins educativos e recreativos englobando: prevenção de quedas; avaliação do estado nutricional, incluindo medidas de altura e peso; aferição da pressão arterial (PA) na prevenção e controle da Hipertensão Arterial Sistêmica; alimentação saudável; estimulação e desenvolvimento da memória; avaliação do desenvolvimento motor; hábitos de higiene pessoal. Utilizamos artifícios para execução dessas temáticas, como a formação de circuito com estações para realizar o teste de avaliação do risco de quedas “Time up and go”, aferição da PA e cálculo do IMC; questionários de mitos e verdades relacionados aos alimentos que devem ser consumidos; desfile de moda; jogos como: damas, dominó, baralho e pega-vareta; dança; desenhos para colorir; música. Através de Andrade et al (2012), constata-se que a atividade lúdica é capaz de melhorar a qualidade de vida do idoso por meio de brincadeiras e jogos, que almejam diminuir resistência ao movimento, contato e tato, além de aumentar o sentimento prazeroso pela vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É indiscutível que o profissional de saúde deve ter sensibilidade para compreender o contexto biopsicossocial e espiritual do idoso para conseguir executar uma assistência eficaz e digna, responsabilizando-o de seu processo de saúde e doença. Desse modo, essa habilidade deve ser estimulada desde a graduação, afinal, de acordo como Artigo 22 do Estatuto do idoso, as instituições de ensino superior devem ter em sua grade curricular “[...] conteúdos voltados ao processo de envelhecimento, ao respeito e à valorização do idoso, de forma a eliminar preconceito e a produzir conhecimentos sobre a matéria” (BRASIL, p. 19, 2003)

Dado o exposto, entrar em contato na graduação com esses indivíduos em uma ILP, fora do ambiente onde eles cresceram, sem ocupações e convivendo com pessoas diferentes, muitas vezes, em quartos coletivos, foi uma experiência enriquecedora. Muitos são os caminhos para buscar o conhecimento para embasar e fortalecer o cuidado ao idoso, mas consegui-lo através da extensão foi um diferencial valioso na formação dos acadêmicos de medicina envolvidos.

Assim, aprendemos na prática a reconhecer as necessidades específicas dessas pessoas, que estão inseridas num contexto exterior a um Hospital e com demandas que nem sempre são

descritas nos livros, a fim de promover um envelhecimento saudável e ativo para elas. Portanto, consideramos o PEEDI como um divisor de águas na nossa vida profissional bem como pessoal.

Palavras-chave: Idoso; Envelhecimento saudável; Dinâmica populacional; Expectativa de vida.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, T. P. et al. Projeto conviver: estímulo à convivência entre idosos do Catete, Ouro Preto, MG. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 1, supl. 1, p. 81-85, 2012.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.**

COSTA, P. C. P.; GARCIA, A. P. R. F.; TOLEDO, V. P. Acolhimento e cuidado de Enfermagem: Um estudo fenomenológico. **Texto Contexto Enferm**, v. 25, n. 1, 2016.

FECHINE, B.R.A.; TROMPIERI, N. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 20, 2012.

FERREIRA, R.C.; VARGA, C.R.R; SILVA, R.F. Trabalho em equipe multiprofissional: a perspectiva dos residentes médicos em saúde da família. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 14, supl. 1, p. 1421-1428, Out. 2009.

FREITAS, M.C.; QUEIROZ, T.A.; SOUSA, J.A.V. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 44, n. 2, p. 407-412, 2010.

MARTINS, J. J. et al. Educação em saúde como suporte para a qualidade de vida de grupos da terceira idade. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 9, n. 2, p. 443- 456, 2007.

MALLMANN, D.G. et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 1763-1772, 2015.

MENEZES, J.N.R. et al. A Visão do Idoso Sobre o Seu Processo de Envelhecimento. **Revista Contexto & Saúde**, v. 18, n. 35, p. 8-12, 2018.

PRADO, M.C. et al. Impacto da institucionalização na capacidade cognitiva de idosos. In: **Congresso de extensão universitária da UNESP**. Universidade Estadual Paulista (UNESP), 2015. p. 1-5.

SILVA, M.L.F.S. et al. Fatores predisponentes para a institucionalização do idoso no Brasil: uma revisão da literatura. **Revista Saúde-UNG-Ser**, v. 11, n. 1, p. 48, 2017.