



O CUIDADO PRESTADO POR ESTAGIÁRIAS DO CURSO TÉCNICO EM CUIDADOS DE IDOSOS DA UFSM A IDOSAS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA DE SANTA MARIA, RS

Danize Aparecida Rizzetti ¹
Andreisi Carbone Anversa ²

INTRODUÇÃO

Temos observado, nas últimas décadas, o aumento da população idosa, tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento. Esta transição demográfica é explicada, em parte, pelos avanços científicos na área da saúde, que permitiram um aumento da expectativa de vida da população. Contudo, esse aumento da longevidade está sendo acompanhado por uma maior incidência de doenças crônicas e comorbidades em idosos, acarretando sobrecarga às famílias e, muitas vezes, necessidade de institucionalização (FREITAS & SCHEICHER, 2010).

A diminuição das funções fisiológicas e, conseqüentemente, as perdas das habilidades física e cognitiva, faz parte, em maior ou menor grau, do processo de envelhecimento. Estes déficits repercutem tanto nas atividades básicas da vida diária como nas instrumentais, comprometendo a autonomia, a independência, a saúde e a qualidade de vida dos idosos. Com relação aos déficits cognitivos, as manifestações mais observadas no envelhecimento são perda de memória, dificuldade de atenção e diminuição da concentração e do raciocínio (SCHERRER *et al.*, 2019). Nesse sentido, as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), por apresentarem escassos estímulos multissensoriais, motores e cognitivos, podem se constituir em um ambiente desestimulador e agravador do declínio senil (BENTON-TORRES *et al.*, 2016).

Neste contexto, o curso Técnico em Cuidados de Idosos, ao englobar ensinamentos teórico-práticos direcionados a um processo de envelhecimento ativo e saudável, pode

¹ Docente do Departamento de Ensino do Colégio Politécnico, Universidade Federal de Santa Maria – RS, danize.rizzetti@gmail.com;

² Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica, da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS); Docente do Departamento de Ensino do Colégio Politécnico, Universidade Federal de Santa Maria – RS, andreisianversa@hotmail.com.



contribuir para a prevenção e/ou redução dos declínios funcionais e cognitivos em idosos institucionalizados. A atuação do profissional Técnico em Cuidados de Idosos nesses locais prioriza o cuidado integral dos idosos, respeitando os seus aspectos físico, mental, cultural e social de maneira humanizada e ética.

Assim, o trabalho teve como objetivo relatar a experiência de estagiárias do curso Técnico em Cuidados de Idosos do Colégio Politécnico da UFSM ao desenvolverem atividades junto a idosas independentes residentes em ILPI no município de Santa Maria, RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um relato de vivências de estagiárias do Curso Técnico em Cuidados de Idosos durante o período de estágio supervisionado em uma ILPI de caráter filantrópico, localizada no município de Santa Maria, no Estado do Rio Grande do Sul. A referida instituição, fundada no ano de 1946, abriga e presta assistência em saúde a 134 idosas do sexo feminino em situação de vulnerabilidade social. As idosas residem de maneira integral nesse espaço, que é considerado uma das maiores ILPIs do país.

O estágio foi realizado entre os meses de agosto e setembro do ano de 2019, por meio de visitas semanais e matutinas à instituição. As atividades foram realizadas na *Ala 4* da ILPI, setor onde residem cerca de 50 idosas independentes e semi-dependentes. Nesses encontros, foram realizadas algumas atividades que visavam o estímulo ao sistema sensorial e cognitivo, à autoestima e ao autocuidado e também atividades de promoção à saúde. As principais dinâmicas propostas foram:

- *Caixa de Estereognosia*: atividade para fomento do sistema sensorial e cognitivo através do reconhecimento ou identificação das formas e contornos de objetos contidos dentro de uma caixa, a qual apresenta apenas aberturas laterais para introdução das mãos, impedindo a visualização dos objetos que são manuseados;
- *Reconhecimento de cheiros*: atividade de estímulo ao sentido do olfato, na qual as idosas tiveram seus olhos vendados e, posteriormente, foram aproximados de suas narinas alimentos com odores característicos, como ervas aromáticas, mel, pó de café, erva mate, hortelã e alho, visando à identificação dos mesmos pelas idosas;
- *Dia da Beleza*: estímulo à autoestima e ao autocuidado, na qual as estagiárias proporcionavam a higiene e cuidado das unhas dos pés e mãos, além de realizarem maquiagem, penteados e massagens nas idosas;

- *Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa*: atividades de promoção à saúde das idosas, através da aplicação de alguns itens da Caderneta, como a avaliação antropométrica, na qual foram realizadas as medidas de peso, altura, IMC e perímetro da panturrilha.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de estimular a cognição, o sistema sensorial, a autoestima, a integração e o convívio social, foram propostas para as idosas independentes residentes nesta ILPI uma série de atividades lúdicas e recreativas. Participaram destas ações em média 15 assistidas, sendo que todas obtiveram um desempenho satisfatório. Juntamente com essas dinâmicas, foi realizada a avaliação antropométrica, componente integrante da Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa.

Com relação à dinâmica da caixa de estereognosia, além de estimular a sensibilidade, esta atividade é capaz de incentivar a memória, a atenção, a concentração e a motricidade fina nas idosas. Além disso, resulta da integração de diversos sentidos, como tato, pressão, textura, peso e temperatura, abrangendo desta forma várias modalidades sensoriais, as quais muitas vezes estão deficitárias em idosos, pelas alterações próprias do processo de envelhecimento. A atividade foi bem aceita pelas idosas, algumas reconheceram grande parte dos objetos, demonstrando satisfação com o desempenho, e incentivando as demais a participarem da atividade, tornando o ambiente divertido, desafiador e estimulante. A proposição de atividades como esta, que requeiram diversas habilidades cognitivas simultaneamente, além de associarem componentes sensoriais, pode contribuir para melhorias importantes na atividade cerebral dos idosos, e vai ao encontro do que afirma Pestana (2014):

Apesar do envelhecimento ter como consequência o declínio das capacidades cognitivas, pode-se observar que estas perdas podem ser atenuadas e/ou evitadas com a prática regular de exercícios mentais, e com a prática de atividades cognitivas simples e desafiantes/estimulantes que aumentem a atividade cerebral, a acuidade e a velocidade perceptiva, e que de certo modo retardem os efeitos da perda de memória e previnam o aparecimento de doenças cognitivas degenerativas. (PESTANA, 2014, p.15)

Sobre a atividade de reconhecimento de cheiros, além de estimular o sentido do olfato, esta tarefa estimula também a memória, resgatando e fortalecendo lembranças do passado. Esta tarefa resultou na interação entre as idosas, as quais, como parte da adivinhação dos alimentos, lembravam os pratos que elas ou seus familiares gostavam de cozinhar. Apesar de bastante saudosistas, a atividade claramente despertou alegria entre as mesmas, que referiam o desejo de voltar a comer determinados tipos de alimentos. De fato, as atividades



lúdicas promovem vários benefícios para a saúde mental dos idosos institucionalizados, como trabalhar as emoções, estimular a convivência e exercitar as funções psíquicas e cognitivas (DA SILVA, 2020).

A dinâmica do dia da beleza teve o objetivo de estimular a autoestima e o autocuidado das idosas, além de proporcionar um momento de descontração e alegria e um regaste da sua autoimagem. Segundo Dini, Quaresma e Ferreira (2001), a autoestima é caracterizada como a capacidade que o ser humano tem de se dar valor, ou seja, como ele se vê, como ele se gosta, sendo um sentimento de apego consigo mesmo. As idosas, ao se olharem no espelho, em sua maioria, sorriam, achavam-se mais bonitas, mostravam-se felizes e com autoestima elevada. Outras afirmavam que há anos não se olhavam no espelho e que estavam sentindo-se mais jovens. Vivências como esta, muitas vezes, não são priorizadas nas ILPIs, devido à falta de recursos e profissionais para promover este cuidado. Esta atividade oportunizou momentos prazerosos que estimularam o relacionamento interpessoal, a afetividade e a auto aceitação.

Finalmente, sobre a tarefa de aplicação do componente da avaliação antropométrica presente na Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa, além da realização das medidas de peso, altura, IMC e perímetro da panturrilha, os valores obtidos foram classificados pelas estagiárias com relação à presença de baixo peso ou obesidade e a presença ou não de sarcopenia. Posteriormente os resultados foram repassados à equipe de saúde da ILPI, para registro nos prontuários e realização dos encaminhamentos necessários. Nesse sentido, a antropometria, através das medidas de IMC e perímetro da panturrilha, é um método rápido e eficaz para identificar um possível risco ou agravo nutricional em idosos, essencial para o monitoramento ou diagnóstico de futuras morbidades, mortalidade ou um declínio funcional por desnutrição (BRASIL, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades desenvolvidas pelas estagiárias fortaleceram a evidência de que o cuidador de idosos é um profissional importante em todos os aspectos da vida dos idosos, principalmente quando estes se encontram em ILPIs. Dessa forma, o Curso Técnico em Cuidados de Idosos proporciona vivências que aperfeiçoam seus olhares enquanto profissionais do cuidado em saúde a esta população.

As estagiárias adquiriram um olhar mais atento e humanizado, aprenderam a compreender e a ouvir as necessidades, os desejos e os anseios dos idosos com respeito e empatia, construindo uma relação de confiança com os mesmos. Além disso, houve uma



constante troca nessa interação, onde foi possível doar e receber afeto e amor, e onde a acolhida a essas pessoas que tanto fizeram em suas vidas, por suas famílias e pela sociedade, trouxe acalento também aos seus corações. Portanto, ressalta-se a importância da ampliação dessas ações nas ILPIs, para a promoção do bem-estar do idoso institucionalizado, contribuindo para a sua autonomia, independência, convívio social, autoestima e equilíbrio psíquico e emocional.

Palavras-chave: Idosos; Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI); Técnico em Cuidados de Idosos; Envelhecimento Ativo; Promoção à Saúde.

REFERÊNCIAS

BENTO-TORRES, N.V.O. *et al.* Estimulação multissensorial e cognitiva em idosos institucionalizados e não institucionalizados: estudo exploratório. *Revista Pan-Amazônica de Saúde*, v. 7, n. 4, p. 53-60, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Caderneta de saúde da pessoa idosa. 4 ed. Brasília, 2017. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/27/CADERNETA-PESSOA-IDOSA-2017-Capa-miolo.pdf>. Acesso em 21 de maio de 2020.

DA SILVA, A.R.L. *et al.* A contribuição das atividades lúdicas para a melhoria na saúde do idoso. *Braz. J. Hea. Rev.*, Curitiba, v. 3, n. 3, p. 4650-4665, 2020.

DINI, G; QUARESMA, M; FERREIRA, L. Adaptação cultural e validação da versão brasileira da escala de auto-estima de Rosenberg. *Revista Brasileira de Cirurgia Plástica*, v. 19, n. 1, p. 41-52, 2001.

FREITAS, M.A.V.; SCHEICHER, M.E. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 13, p. 395-401, 2010.

PESTANA, H.M.S. Relatório de Estágio de Atividade Física e Desporto Realizado no Atalaia *Living Care Center* e no Centro Cultural e Desportivo de São José. 2014. 94 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Atividade Física e Desporto, Universidade da Madeira, Portugal, 2014.

SCHERRER, G. *et al.* Qualidade de vida de idosos institucionalizados com e sem sinais de depressão. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, p. 127-133, 2019.