

DIVERSUS: PROMOVENDO SAÚDE E PROPORCIONANDO ALEGRIA AO IDOSO

Autora: Joana Coelho de Souza Neta; Co-autor (1): Geórgia Mônica Tavares Alves ; Co-autor (2): Samira Karla Pereira Rodrigues

UFPB-Universidade Federal da Paraíba, joanasouzaneta@gmail.com

O envelhecimento populacional é um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea. No Brasil, o aumento no número de idosos nas últimas décadas tem motivado o interesse pelo estudo do envelhecimento e dos fatores associados à qualidade de vida desta população. De acordo com os dados do IBGE 2010, temos cerca de setenta e cinco mil idosos em João Pessoa, dados esses que já devem ser maiores devido à projeção apresentada.

Segundo Pena e Santo (2006), o aumento da expectativa de vida e a qualidade de vida dos idosos não estão somente associados à evolução da tecnologia e da medicina, mas também estão relacionados à vivência destes em grupos, a qual vai além das atividades físicas e de lazer propostas, visto que envolvem aspectos emocionais, comportamentais, dentre outros.

A Estratégia Saúde da Família (ESF) surge com potencial para tornar concreta a participação da comunidade e a integralidade das ações em saúde conjuntamente com o NASF (núcleo de apoio à saúde da família) que tem como objetivo potencializar, ampliar e fortalecer as ações de prevenção e promoção de saúde de forma multidisciplinar.

O idoso sente necessidade e valoriza as atividades em grupo, pois segundo Cavallari e Zacharias (2003), ele tem necessidade de se sentir integrado socialmente priorizando a sua participação em vez do resultado obtido na atividade. Consequentemente as atividades grupais para a terceira idade deverão ser atraentes, gratificantes, integradoras, adaptadas a faixa etária, que favoreçam o contato social e desenvolvidas de modo que os idosos tenham condições de participar, gerando uma autoconfiança e satisfação. Barbosa (2000) relata ainda que essas atividades acabam desenvolvendo a criatividade e proporcionando capacidade de reflexão como acontece no contexto de jogos, gincanas entre outros.

Com o intuito de promover saúde e prevenção além de proporcionar integração nos grupos de convivência das Unidades de Saúde da Família do Distrito Sanitário III em João Pessoa, de forma diferenciada no tocante à metodologia foi criado o DiverSUS por três profissionais do NASF sendo uma psicóloga, uma fisioterapeuta e uma nutricionista. Este projeto surgiu em 2015 e vem acontecendo em diversos grupos operativos tendo como objetivo unir em uma única ação a diversidade de conhecimentos, troca de experiências, aproximação da equipe de saúde à comunidade de forma lúdica, dinâmica e interativa através de um jogo de roleta. As temáticas pertencentes à este jogo abordam de maneira geral questões de saúde, autocuidado, prevenção, memória, atenção, concentração, linguagem, percepção auditiva, postura corporal, conhecimento dos direitos dos idosos, SUS entre outros.

O jogo do DiverSUS inicia-se com a divisão dos idosos em três times identificados por cores de maneira aleatória. Os participantes respondem aos questionamentos de acordo com a temática sinalizada pela roleta que são elas: Saúde, conhecimentos gerais e música. As respostas são julgadas e explanadas pelos profissionais do NASF convidados presentes (farmacêutico, assistente social, fonoaudiólogo, educador físico). Quando respondido corretamente, há registro no placar e quando a resposta for errada, acontece o esclarecimento por parte dos profissionais do NASF. Temos ainda durante o andamento do jogo momentos chamados de desafio, onde os idosos participantes da prova executam tarefas tais como: prova da sensibilidade, montagem da pirâmide alimentar, jogo dos 7 erros da atividade física, etc.

Percebemos que os idosos ao participarem do jogo DiverSUS, demonstraram maior interação com os demais, além de compartilhamento de informações e momentos de diversão e socialização. É notório o quanto os participantes interagem, se esforçam, dão o melhor de si para obter o êxito ao final das provas propostas. Com relação ao jogo, constatou-se que as temáticas de “conhecimentos gerais” e “música” obtiveram maior número de acertos, enquanto que a temática “saúde” gerou algumas dúvidas. O que foi extremamente positivo, pois possibilitou a discussão das respostas gerando um processo de reflexão deste público.

Machado (2007), fala que a construção do conhecimento com base nas reflexões da prática de educação em saúde aponta para a necessidade de efetivar um processo educativo em saúde envolvendo a comunidade por meio de um processo participativo que permita uma reflexão crítica da realidade e dos fatores determinantes de um viver saudável.

O DiverSUS nos faz perceber o quanto é importante trabalhar com a educação em saúde através de uma metodologia diferenciada visto que os conhecimentos em saúde são tidos muitas vezes como de difícil compreensão. Um dos intuitos desta ação é justamente desfazer esta ideia.



Imagem 1. DiverSUS na Praça



Imagem 2. Desafio da Sensibilidade



Imagem 3. Equipe NASF e participantes

Concluimos que o jogo DiverSUS surge como um tipo de estratégia de promoção de saúde e bem estar que proporciona integração, socialização, diversão, conhecimento e qualidade de vida. Importante ressaltar que trabalhar a conscientização dos benefícios que traz as atividades em grupos na terceira idade, evita o isolamento, a depressão e previne diversas patologias. Cabendo aos

profissionais dentro da Estratégia de Saúde da Família perceber a importância de proporcionar estes espaços de produção de cuidado voltado ao público idoso.

REFÊRENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, R.M.S.P. **Educação física gerontológica saúde e qualidade de vida na terceira idade**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

CAVALLARI, V.R, ZACHARIAS, V. **Trabalhando com recreação**. 6. ed. São Paulo:Ícone, 2003.

LIMA-COSTA, Maria Fernanda; VERAS, Renato. Saúde pública e envelhecimento. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 700-701, May 2003.

MACHADO, Maria de Fátima Antero Sousa et al . Integralidade, formação de saúde, educação em saúde e as propostas do SUS: uma revisão conceitual. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 335-342, Apr. 2007.

PENA, F. B.; SANTO, F. H. E. O movimento das emoções na vida dos idosos: um estudo com um grupo da terceira idade. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, Goiânia, v. 8, n. 1, p. 17 -24, 2006.

SALESIANO, Centro Universitário Católico et al. **recreação como proposta de melhora na autoestima na terceira idade centro social urbano**, lins-sp, 2012.

TAHAN, Jennifer; CARVALHO, Antônio Carlos Duarte de. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde soc.**, São Paulo, v. 19, n. 4, p. 878-888, Dec. 2010.