



## **CONHECENDO A REALIDADE DO IDOSO NO CONDOMÍNIO CIDADE MADURA: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Igor Oliveira Meneses<sup>1</sup>; Amanda Ferreira Vigó<sup>2</sup>; Sara Paes Gaião Torreão<sup>3</sup>; Danilo Ventura Oliveira<sup>4</sup>; Meirhuska Mariz Meira<sup>5</sup>

*<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba; email: [igoromeneses@hotmail.com](mailto:igoromeneses@hotmail.com); <sup>2</sup>Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba; email: [amandafvigo@hotmail.com](mailto:amandafvigo@hotmail.com); <sup>3</sup>Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba; email: [sarapaess@hotmail.com](mailto:sarapaess@hotmail.com); <sup>4</sup>Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba; email: [danilo.ventura7@hotmail.com](mailto:danilo.ventura7@hotmail.com); <sup>5</sup>Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba; email: [meirhuska@gmail.com](mailto:meirhuska@gmail.com)*





## **INTRODUÇÃO**

A população idosa vive um processo de crescimento significativo no Brasil e no mundo. Acredita-se que isso se deve, principalmente, aos avanços da Medicina e à diminuição da taxa de natalidade. O envelhecimento é um processo natural que acomete os indivíduos no decorrer de suas vidas, podendo levar a uma série de alterações em seu organismo. O aumento da idade pode vir acompanhado de doenças degenerativas, crônicas, como a depressão, e de eventos incapacitantes como as quedas e suas consequências. (ALMEIDA; BRITES; TAKIZAWA, 2011)

A queda se dá em decorrência da perda total do equilíbrio postural, podendo estar relacionada à insuficiência súbita dos mecanismos neurais e osteoarticulares envolvidos na manutenção da postura. Este acontecimento é muito frequente na faixa etária dos idosos, podendo provocar um dano físico grave ou um dano psicológico que interfere na qualidade de vida do idoso e contribui para o aumento da morbidade e da mortalidade. (CUNHA & GUIMARÃES, 1989)

Essa fatalidade tem causas multifatoriais, tornando impossível classificá-la em uma só. Devido a isso, pode ser dividida em fatores intrínsecos e extrínsecos. Os primeiros são aqueles relacionados com as alterações fisiológicas decorrentes do processo de envelhecimento, como condições patológicas e consumo de medicamentos; e os fatores extrínsecos, que estão ligados aos perigos ambientais, devido às inadequações arquitetônicas e de mobiliário, que a maioria dos idosos está exposta. Além de tornar o idoso inseguro, pois ele perde a confiança em andar sozinho, levando-o a dependência. (GOMES et al.,2014)

A partir disto, surge a importância do cuidador domiciliar, sendo responsável pelo auxílio na reabilitação do idoso após o evento queda, como também podendo ser responsável por ajudá-lo nas atividades diárias, interferindo positivamente desde a questão do convívio, em ser uma companhia, como prestando cuidados higiênicos, ajudando com a alimentação, administrando medicação e estimulando-o com as atividades reabilitadoras (ARAUJO et al.,2013). Observa-se formação de grande vínculo nessa relação mútua, podendo o cuidador ser algum parente próximo ou conhecido, sendo então designado como cuidador informal, ou alguém treinado para exercer tal função, dito então como cuidador formal. (KAWAZAKI e DIOGO, 2001)





Faz-se importante também um ambiente adequado com total segurança para o idoso, portanto, deve-se evitar piso escorregadio, objetos no chão, queda da cama, subir degraus, entre outras medidas. Então, é fundamental um local projetado para essa faixa etária, com todos os aparatos necessários para oferecer suporte a independência e autonomia do idoso, como piso antiderrapante, rampas e banheiro adaptado com boa iluminação, assento sanitário elevado e barras de apoio. (ALMEIDA; BRITES; TAKIZAWA, 2011)

Em 2014, surge o Condomínio Cidade Madura, que é um projeto pioneiro e inovador no Brasil, tendo sido idealizado pelo Governo do Estado da Paraíba e pela Companhia Estadual de Habitação Popular (Cehap), sendo composto por 40 unidades habitacionais, possui centro de vivência, uma praça, academia ao ar livre, pista de caminhada, contém horta comunitária e unidade de saúde. (Governo do Estado da Paraíba, 2017). As unidades são reservadas a idosos acima de 60 anos e com baixa renda e seguem normas de acessibilidade para idosos, ou seja, todas as casas são adaptadas as necessidades do público alvo. O imóvel é pertencente ao Governo do Estado, sendo sua concessão dada a outro se o idoso que habita desistir da casa, por perda da autonomia ou falecimento, assim então passa a outro que atenda também aos critérios, portanto, não é herdada para a família do idoso. (LIMA, 2015)

Tendo em vista os aspectos trazidos sobre o envelhecimento e as dificuldades enfrentadas, este trabalho tem como objetivo relatar a vivência de quatro acadêmicos de Medicina da Faculdade Ciências Médicas da Paraíba realizando o acompanhamento de um idoso no Condomínio Cidade Madura, o qual é habitado somente por essa faixa etária. O incentivo para o aprofundamento acerca desse tema surgiu durante as aulas do Módulo de Geriatria concomitante às práticas do Módulo de Atenção em Saúde do Idoso (AS).

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência, de quatro acadêmicos do curso de medicina, que se deu no município de João Pessoa, mais especificamente no condomínio para idosos, Cidade Madura. Este cenário está vinculado ao Módulo de Atenção à Saúde V (AS V).

A vivência foi realizada por meio de visitas ao Condomínio Cidade Madura, e conversas com os idosos, durante um semestre letivo do ano 2016. Apesar de observar e participar de diversas atividades durante o estágio, neste relato será dado maior ênfase à experiência da visita a um idoso específico, e todas as dificuldades enfrentadas nessa faixa etária.



Durante as visitas à casa do idoso, foram feitas perguntas e anotações, em que eram descritos os acontecimentos do dia acompanhado pelos estudantes. Fazia-se uma reflexão acerca da vida do idoso acompanhado e na última visita analisava-se seu cartão do idoso, para verificar se estava completo e correto.

As vivências práticas do módulo AS V proporcionaram o conhecimento da realidade enfrentada pelos idosos e a conscientização da atenção e do valor que se deve à terceira idade.

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA (RESULTADOS E DISCUSSÃO)**

A visita ocorreu no Condomínio Cidade Madura, que é um espaço inteiramente projetado com as necessidades específicas da terceira idade. Fomos acompanhados pelas professoras do Módulo de Atenção à Saúde V, e ao chegar no ambiente nos impressionamos com o projeto. Na primeira visita, grupos de alunos foram designados a casas específicas para conhecer um pouco mais da vida desses idosos.

Fomos encaminhados para casa de número 3, a de J. F. S., mais conhecido por “Furustreco”. Senhor de 84 anos, viúvo e morador do condomínio desde sua construção. Mora com uma cuidadora, a qual está 24 horas ao seu lado, além de receber visita constante dos familiares, inclusive no dia um de seus filhos estava presente juntamente com a nora. A princípio tivemos logo a impressão boa por sermos recebido por ele com alegria e animação, cheio de brincadeiras e piadas.

Ao questioná-lo sobre suas atividades diárias, relatou encontrar-se com limitações, devido à dificuldade para andar, utilizando como auxílio uma bengala, inclusive nos confidenciou ter sofrido uma queda pela manhã quando foi descer as escadas, e que por isso já não tinha mais confiança para caminhar só. Deste modo, explicamos que ele deveria estimular a caminhada através do auxílio de alguém para que não se tornasse cada vez mais dependente, mas ele disse que se nega a pedir ajuda a alguém para se exercitar.

Apesar de toda a alegria retratada, percebemos seu descontentamento com o envelhecimento, com a perda de suas atividades e com a solidão. Por diversas vezes notou-se o brilho nos seus olhos ao contar várias histórias vivenciadas ao longo dos anos de vida. Despedimo-nos do idoso e combinamos de visitá-lo na próxima semana.

Na outra semana, o retorno à casa de J. F. S. teve como objetivo atualizar a Caderneta da Pessoa Idosa, a fim de que pudéssemos conhecer melhor os seus dados, além de ter o conhecimento sobre o seu uso. No entanto, o cartão não foi achado. Compreendemos que esse



instrumento não costuma ser usado com frequência por esse idoso, mesmo sendo uma ferramenta importante para o monitoramento de sua saúde, através do registro dos seus medicamentos, histórico de doenças, medidas antropométricas, entre outras análises.

Conversamos um pouco sobre a semana que passou, e seu J. F. S. relatou que sofreu outra queda, dessa vez durante o banho, há 1 dia, contou que estava com a perna muito dolorida, mas que não tinha quebrado nada. Relatou que agora se sente mais amedrontado, precisando sempre da companhia da cuidadora. Demonstrou-se abalado e triste quando relatou que no passado, quando chegou ao condomínio, realizava sozinho todas suas atividades, sem depender de ninguém, enquanto hoje em dia, necessita do apoio da cuidadora até para dormir, pois se sente inseguro ao ficar só.

Informamos ao idoso que no dia seguinte ocorreria uma festa de despedida organizada pelos alunos, já que o módulo busca favorecer a interação social desses idosos, convidamos ele a comparecer. Porém, ele afirmou que iria se esforçar para ir, mas ainda estava sentindo muitas dores nos joelhos e ficava difícil a sua locomoção até o centro de vivência do condomínio, dessa forma, preferia ficar sozinho em sua casa. Assim concluímos nosso acompanhamento e nos despedimos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O módulo de Atenção à Saúde do Idoso, da graduação em Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, permitiu aos acadêmicos a oportunidade de conhecer melhor a realidade do idoso. A partir da experiência vivenciada pelos alunos nota-se a importância de projetos como o Condomínio Cidade Madura, os quais são totalmente adaptados para os idosos e geram a possibilidade de serem mais bem assistidos além de permitir uma integração social entre eles.

Diante do acompanhamento do idoso, percebeu-se a recorrência de quedas nessa faixa etária mais avançada, sendo um fator agravante para saúde deles, pois além do próprio risco do trauma, geram neles uma insegurança no andar, o que compromete suas atividades diárias, levando-os a isolamento social por ficarem mais limitados ao espaço residencial. Assim, ressalta-se a necessidade e importância de ambientes adaptados voltados à saúde e bem estar do idoso, a despeito do condomínio que habitam.

Ao conversar sobre a vida do idoso nota-se a saudade dos tempos de jovem, em que ao contar suas histórias passadas percebe-se a alegria em relembra-las, porém ao voltar à



realidade retomam a problemática do dia a dia com suas limitações e frustrações. Deste modo, o Condomínio Cidade Madura propicia aos idosos uma maior interação social entre eles, já que dispõem de ambientes comuns voltados para atividades comunitárias, desde o espaço para caminhadas ao salão de eventos.

Então, esse projeto é fruto de uma política pública voltada à pessoa idosa, tendo um cunho de proteção social ao idoso, em que há um cuidado permanente com os habitantes do local através da promoção da saúde, além da assegurar seus direitos garantidos em lei.

Portanto, ressalta-se a importância de atividades como esta para que fortaleçam a sensibilidade do acadêmico para com o próximo, exercendo um papel humanizado, o qual é imprescindível para a atividade médica futura, além da oportunidade de conhecer e refletir sobre a realidade da pessoa idosa no Brasil.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, L.P; BRITES, M.F; TAKIZAWA, M.G. Quedas em Idosos: Fatores de Risco. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 8, n. 3, p. 384-391, set./dez. 2011.

ARAÚJO, J. et al. Perfil dos cuidadores e as dificuldades enfrentadas no cuidado ao idoso, em Ananindeua, PA. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 149-158, 2013.

CUNHA, U.V; GUIMARÃES, R.M. Sinais e sintomas do aparelho locomotor. Sinais e sintomas em geriatria. Rio de Janeiro: **Revinter**; 1989. p. 141-54.

GOMES, A. et al. Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 8, p. 3543-3551, 2014.

KAWASAKI, K; DIOGO, M. J. Assistência domiciliar ao idoso: perfil do cuidador formal- parte I. **Revista da Escola de Enfermagem**. USP, São Paulo, v. 35, n. 3, p.257-264,Set. 2001

LIMA, V.N. Envelhecimento e Habitação: Um olhar sobre o Condomínio Cidade Madura em Campina Grande-PB. In: Congresso Internacional do Envelhecimento Humano, Set. 2015, Campina Grande-PB. Anais v.2, n.1.

Paraíba, Governo do Estado. Companhia Estadual de Habitação Popular. Disponível em: <<http://www.cehap.pb.gov.br/site/cidade-madura.html>>, 2017.