

EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO

Educação em saúde

Geralda Jéssica de Araújo Santos¹; Conceijécia Nóbrega da Cunha²; Cristiane de Lira Fernandes³; Ruzinete Moura dos Santos⁴; Cristyanne Samara Miranda de Holanda⁵

¹ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, geralda_jessica@hotmail.com

² Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, jecianobrega@gmail.com

³ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, cristiane1994js@gmail.com

⁴ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, ruzzy_moura@hotmail.com

⁵ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, csmhn@hotmail.com

INTRODUÇÃO:

A notável transição demográfica que vem ocorrendo em todo o mundo demonstra que o ritmo de crescimento do número de idosos é muito maior que o de outras faixas etárias. No Brasil, a estrutura etária não teria uma perspectiva diferente com o passar dos anos, pois à medida que o percentual de idosos vai crescendo, consequentemente diminuirá a proporção dos grupos mais jovens (PAPÁLEO NETTO, 2007).

Estima-se que a população de idosos até 2025 seja superior a 30 milhões de pessoas, associado a esta estimativa tem-se que a velhice poderá ser acompanhada por um elevado índice de doenças crônicas (LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008).

O processo de envelhecimento é uma fase que atinge os seres humanos de forma geral, marcado por alterações em diferentes aspectos, entende-se, desse modo, que envelhecer torna-se uma dualidade entre ganhos e perdas (ALEXANDRE et al., 2016).

A sociedade moderna encontra-se diante de uma situação marcada por controvérsias: de um lado, defronta-se com o crescimento massivo da população de idosos, fruto da expectativa de vida; de outro, omite-se ou mesmo se adota atitudes preconceituosas com relação ao velho (PAPÁLEO NETTO, 2007).

A nova era atual vem determinar padrões de beleza de um corpo jovem, sadio e ativo, rejeitando o processo de envelhecimento. Dessa forma é importante recuperar a concepção de que o envelhecimento é um decurso natural e fisiológico, que se não se limita a degeneração física, do qual tantos desejam se esquivar (ALEXANDRE et al., 2016).

De acordo com evolução da perspectiva de vida e do aumento da população idosa, torna-se necessário garantir ao idoso uma condição digna de envelhecimento nos diversos aspectos sociais, na família, na sociedade, considerando-se que envelhecer é uma fase singular, influenciada por fatores sociais, políticos, econômicos e culturais (TAHAN; CARVALHO, 2010).

É imperativo buscar as causas determinantes das atuais condições de saúde e de vida desse grupo populacional, além de se conhecer as múltiplas facetas que envolvem o processo de envelhecimento para que esse desafio seja enfrentado por meio de planejamento e ações que atendam as necessidades e demandas (PAPÁLEO NETTO, 2007).

A implementação de políticas públicas é uma das medidas que visa consolidar a atenção, fortalecer e direcionar os cuidados para essa população que cada vez mais entra em destaque, dando condições para uma sobrevivência digna, intensificando o propósito do envelhecimento com qualidade de vida.

Neste sentido a educação em saúde é uma ferramenta de empoderamento e tem o objetivo de prevenir e promover saúde por meio de ações educativas as quais são essenciais para o bem-estar social, de modo a contribuir na qualidade de vida da população e no processo saúde/doença. É essencial que essas práticas sejam trabalhadas no processo de envelhecimento humano, uma vez que a população idosa é cada vez mais crescente e passa

por transformações não apenas físicas, mas biológicas, psíquicas e sociais.

O presente trabalho, objetiva relatar a experiência vivenciada por discentes do 6º período do curso de graduação em enfermagem, durante a disciplina Estágio Curricular Supervisionado I, no desenvolvimento de atividades de educação em saúde com idosos de um Centro de Referência de Assistência Social do município de Caicó/RN.

MATERIAIS E MÉTODOS:

Trata-se de um relato de experiência vivenciado por acadêmicas do 6º período da graduação em enfermagem, da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), Campus Caicó, durante o componente de Estágio Curricular Supervisionado I. As atividades foram desenvolvidas em três etapas: observação, planejamento e execução da proposta de intervenção.

A captação seguiu roteiro norteador para identificação das necessidades e temas a serem trabalhados. As ações foram desenvolvidas no Centro de Referência de Assistência Social do município de Caicó/RN, no período de agosto a novembro de 2016.

As temáticas escolhidas pelos idosos foram: alimentação saudável, atividades físicas e exercícios de memória, as quais desenvolveram-se através de dinâmicas interativas, como: recorte e colagem, jogos de memória, construção de sinalizadores, prática de exercícios físicos, e rodas de conversa, nas quais eram conduzidas por questionamentos, buscando levar em consideração o conhecimento prévio dos idosos, para, por conseguinte, discutir o assunto de forma abrangente e contextualizada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Os temas foram trabalhados a partir de rodas de conversa, dinâmicas e avaliações, além do apoio de profissionais de saúde, como nutricionista e educadora física, que deram suporte na realização das ações.

As rodas de conversa foram realizadas através de questionamentos que possibilitaram a obtenção do conhecimento prévio dos idosos acerca das temáticas trabalhadas. Partindo das respostas apontadas, foram repassadas orientações para ampliar o conhecimento e a troca de experiências, primordiais na elucidação dos saberes a respeito dos assuntos abordados.

As dinâmicas e avaliações foram métodos utilizados para identificar se houve a compreensão do conteúdo discutido pelo grupo. Com base nas discussões realizadas, foi possível identificar o estilo de vida adotado pelos idosos, as percepções sobre saúde e a abrangência dos conhecimentos que trazem acerca das temáticas, a partir das próprias experiências.

O número crescente da população idosa reflete também na necessidade de ampliação das políticas públicas, principalmente no âmbito da saúde, assim, deve envolver o trabalho intersetorial entre os profissionais da Atenção Básica juntamente com outros setores existentes em sua área de abrangência, como pastorais e grupos de idosos. As ações de educação em saúde voltadas para a população idosa são consideradas medidas que influenciam no fortalecimento e melhoria da qualidade de vida desse público, visando a promoção de saúde e prevenção de agravos.

Conforme existe o crescimento de idosos senis, também há a expansão daqueles que desfrutam do envelhecimento de forma ativa, conhecidos como grupos da terceira idade, percebe-se assim, que o termo envelhecimento, nos recentes dias, não mais se relaciona com uma conotação negativa da velhice, mas como algo alcançável e que deve ser vivido garantindo todo o potencial vital que ainda resta no avançar da idade.

CONCLUSÕES:

A atividade proporcionou conhecimento sobre o estilo de vida dos idosos, enfatizando a importância de se trabalhar ações voltadas à saúde, já que esta população passa por um período de transição, incluindo traumas, perdas, preconceitos, patologias, entre outros fatores, que podem desencadear problemas na sua qualidade de vida.

Neste sentido, a execução da ação educativa foi de grande relevância para o serviço e a comunidade, já que possibilitou a troca de saberes e orientações voltadas à adoção de hábitos saudáveis. Para o âmbito acadêmico, essa experiência proporcionou um olhar mais ampliado em saúde, no que se refere ao processo de envelhecimento humano.

Palavras-Chave: Envelhecimento; Educação em Saúde; Saúde do Idoso.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. ALEXANDRE, S. G. et al. Concepções de acadêmicos de enfermagem sobre o idoso e a velhice. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v. 10, n. 12, p. 4606-4611, dez., 2016. Disponível em: <http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/viewFile/9622/pdf_1875>. Acesso em: 08 abr. 2017.
2. LIMA, A. M. M.; SILVA, H. S.; GALHARDONI, R. Envelhecimento bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras. **Interface - Comunic., Saúde, Educ.**, v. 12, n. 27, p. 795-807, out./dez, 2008. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/icse/v12n27/a10v1227>>. Acesso em: 09 abr. 2017.
3. PAPÁLEO, NETTO, M. **Tratado de Gerontologia**. São Paulo: Editora Atheneu, 2007.
4. TAHAN. J.; CARVALHO. A. C. D. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde Soc.** v. 19, n. 4, p. 878-88. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902010000400014>. Acesso em: 08 abr. 2017.