

## OFICINA DE SAÚDE NA UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Autores:** Ângela Lofiego Sampaio, Carolina Santos Cerqueira, Isabele dos Santos Dantas, Máira Elaine Ferreira dos Santos, Silvana Lima Vieira

**Descritores:** Saúde do Idoso; Educação em Saúde; Enfermagem

**Eixo:** O cuidado de enfermagem e as diferentes maneiras de envelhecer.

### Introdução

O envelhecer faz parte da natureza humana. Alguns envelhecem de maneira saudável, outros nem tanto. A manutenção de uma condição de vida saudável é fator determinante para que esse processo ocorra de maneira satisfatória<sup>1</sup>.

Ao longo dos anos, a modificação da pirâmide demográfica evidencia o grande crescimento da população idosa em todo o mundo, porém a maior parte desse contingente tende a se sentir excluída pelas alterações funcionais decorrentes da idade, tais como visão, audição, autoestima, coordenação motora, redução das capacidades de memória, da concentração, entre outras<sup>2</sup>.

A velhice, aos poucos, passou a ser vista como um momento no qual se pode viver com prazer, satisfação, realização pessoal, de modo mais maduro e também produtivo. Com essa perspectiva, passaram a se buscar novas posturas de atendimento e de oferta de serviços e de atividades voltadas para a população idosa. Nesse sentido, a universidade tem desempenhado essa função por meio de programas voltados para a educação permanente de adultos maduros e idosos, normalmente denominados “Universidade Aberta à Terceira Idade”<sup>3</sup>.

Desta maneira, é evidenciado a importância que as profissões de saúde e em especial a Enfermagem tem nesse processo, não devendo focar sua ação/cuidado na assistência ao idoso portador de doenças, mas sim atuar na promoção, educação, manutenção e recuperação da saúde deste ser. Respeitar a independência do idoso, primando a participação deste no processo de cuidado, pode ser considerada uma meta para a assistência qualificada e assim, cuidar do idoso sem o invadir<sup>4</sup>.

A enfermeira está capacitada a atuar em um cuidar-educar, interagindo nas situações de saúde e doença no processo de viver/envelhecer do ser humano, por meio de diálogo com os grupos de terceira idade, buscando práticas culturais de cuidados de saúde que sejam culturalmente congruentes<sup>5</sup>.

Diante da relevância do tema e do cuidado de enfermagem e as diferentes maneiras de envelhecer, desenvolvemos este relato de experiência de discentes e docentes do curso de enfermagem, considerando que o idoso, aluno da UATI assume uma nova postura frente ao processo de envelhecimento.

### Objetivos

Descrever a experiência obtida através da monitoria de extensão em uma Universidade Aberta a Saúde na Terceira Idade, no município de Salvador- Bahia.

## **Descrição metodológica**

Trata-se de um relato de experiência das oficinas intitulada “Saúde Na Terceira Idade”, ministradas pelas docentes e discentes, do curso de Enfermagem, de uma Universidade Pública, do município de Salvador-Ba. As oficinas foram realizadas em dois semestres, no período de 2016.2 a 2017.1, semanalmente, no período da tarde, com duração de 90 minutos aproximadamente. Cada oficina teve em média 20 – 25 participantes.

## **Resultados**

As Oficinas de Saúde são momentos de encontro realizadas pela UATI e tem como conteúdo programático temas sugeridos pelos próprios idosos, seja por curiosidade ou por querer entender um pouco mais de tal patologia.

Utilizamos como material didático-pedagógico a caderneta da pessoa idosa do Ministério da Saúde (MS) do ano de 2014, distribuídos a cada aluno/idoso no início do semestre letivo (preenchidas devidamente em sala junto com eles) e todas as oficinas são trabalhadas com temas voltados a mesma. Esta Caderneta é de fundamental importância, pois, ela auxilia os profissionais de saúde na identificação das pessoas idosas frágeis ou em risco de fragilização, através do constante acompanhamento de saúde para cada indivíduo atendido no sistema de saúde público ou privado.

Outra atividade que acontece nas oficinas é a aferição de Pressão Arterial e Glicemia Capilar, visto que muitos deles são diabéticos e hipertensos. A realização dessas medidas periódicas nos permite verificar junto à eles como está sendo sua adequação ao tratamento e a influencia do seu estilo de vida no processo saúde-doença.

Esse espaço tem permitido a pessoa idosa um momento de conhecimento e mudança no seu estilo de vida, sendo que o processo de viver em grupo estimula novos aprendizados.

A experiência vivenciada se fez singular e substancial para as acadêmicas e para as docentes, constituindo-se numa prática que tem propiciado as discentes uma aproximação com os conteúdos da geriatria e gerontologia, bem como a aplicação destes na prática, o que tem sido importante, pois o cuidado ao idoso é abordado em uma única matéria durante o curso de graduação em enfermagem.

## **Conclusão**

O desenvolvimento de atividades voltadas para temas ligados à saúde na terceira idade promove aos idosos o interesse e a compreensão por questões no processo do seu envelhecimento, controles de doenças e agravos possíveis e busque cada vez mais qualidade em sua vida. É imprescindível que todos os profissionais da área de saúde, sejam capazes de socializar o seu conhecimento de maneira compreensível, intervindo de forma que faça diferença na saúde da pessoa idosa, envolvendo para além dos cuidados com doenças.

## **Contribuições/implicações para a Enfermagem**

A experiência vivenciada junto aos idosos, mostram a relevância das oficinas de saúde nos grupos de terceira idade. Essas oficinas tem potencial educativo e é um espaço para se buscar outras formas de aprendizado.

A atuação da enfermagem tem grande importância quando é exercido com paciência e quando proporciona novos conhecimentos aos idosos com uma linguagem simples e acessível. As oficinas coordenadas pela enfermagem propiciam um espaço de conhecimento, medidas de prevenção, troca de experiências, formas de tratamento, a fim de promover o autocuidado.

Ao trabalhar com enfoque na qualidade de vida, deve mostrar a importância do desenvolvimento do autocuidado durante todas as etapas do ciclo vital, objetivando garantir uma velhice saudável, através das mudanças de hábito e adoção de novos padrões de comportamento.

A Enfermagem possui um inefável poder de criatividade na execução do cuidado, tanto individual quanto em grupo, utilizando estratégias que favorecem a saúde e o bem-estar. Nesse sentido estratégias devem ser estimuladas, para a promoção da saúde, em especial, com idosos que apresentam uma nova forma de envelhecer, sendo protagonista e ativo em qualquer idade.

## **Referências:**

1. Bassoli S, Portella, MR. Estratégia de atenção ao idoso: Avaliação das oficinas de saúde desenvolvidas em grupos de terceira idade no município de Passo Fundo – RS. Estudo Interdisciplinar do Envelhecimento. 2004;6:111-122.
2. Sales MB, Guarezi RC, Falho FAP. Infocentro para terceira idade: relato de experiência de aprendizado por pares. Revista digital da CVA. 2007;4(13).
3. Ordonez TN, Cachioni M. Universidade Aberta a Terceira Idade: a experiência da escola de artes, ciências e humanidades. RBCEH, Passo fundo, 2009.6(1):74-86.
4. Martins JM. et al, Educação em saúde como suporte para qualidade de vida de grupos da terceira idade. Revista Eletrônica de Enfermagem. 2007;9(2):443-456.
5. Portella, MR. Cuidar para um Envelhecimento Saudável: a construção de um processo educativo com mulheres rurais de Passo Fundo [Dissertação]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina.1998.