

PROJETO AMIGOS DO IDOSO: O ENFERMEIRO OTIMIZANDO AÇÕES DA COMUNIDADE

Noely Cibeli dos Santos

Introdução. O conceito de Envelhecimento Bem Sucedido apresentado por Rowe e Kahn na década de 90 é definido incluindo três componentes principais: baixa probabilidade de doença e de doença relacionada com incapacidade; alta capacidade funcional cognitiva e física e engajamento ativo com a vida, sendo que todos estes componentes estão inter-relacionados.¹ Uma revisão do modelo colocou que a espiritualidade poderia ser acrescentado como quarto elemento, pois várias pesquisas evidenciam os fatores positivos como melhor capacidade de enfrentamento, envolvimento social, melhor cuidado com saúde entre outros.² A Igreja Adventista do Sétimo Dia reconhece que os conselhos bíblicos abarcam várias recomendações para uma saúde integral (física, mental e espiritual), e que se aplicados são promotores de saúde. Estes conceitos estão relacionados à uma alimentação adequada, prática de atividades físicas, repouso adequado, a capacidade de perdoar, a confiança em Deus entre outros. Estudos têm comprovado que a comunidade adventista que coloca em prática as recomendações da igreja, apresenta uma menor incidência de doenças cardiovasculares, câncer e maior longevidade.³ Identificando uma preocupação desta comunidade em atender a população idosa e reconhecendo que o seu estilo de vida traz recomendações para uma melhor manutenção da saúde e as atividades desenvolvidas na igreja promovem um engajamento com a vida, encontramos uma relação com o conceito do Envelhecimento Bem Sucedido. Nesse contexto a igreja Adventista do Sétimo Dia de Itaim Paulista em São Paulo, criou o Projeto Amigo do Idoso e o papel do enfermeiro neste contexto foi fundamentar, estruturar e otimizar as ações, uma vez que esta comunidade já apresenta uma disposição para a promoção de um envelhecimento ativo. **Objetivo.** Identificar as contribuições do enfermeiro na otimização das ações de promoção de saúde em uma comunidade religiosa. **Metodologia.** A metodologia utilizada é o relato de experiência, adotando o método descritivo segundo as etapas sequenciais da realidade concreta. **Resultados.** O enfermeiro reconhecendo as potencialidades do grupo, associou conceitos da gerontologia para otimizar as ações. O programa teve como base as reflexões das atividades desenvolvidas, identificando duas características dos programas: ocupação do tempo livre e atividades de empoderamento. As atividades de ocupação do tempo livre, em um primeiro momento se apresentaram como as atividades de maior adesão, porém as repercussões na vida dos idosos eram pontuais sem um impacto verdadeiro no viver. Essas atividades possuem seu benefício, pois trazem momentos de prazer, alegria e podem ser o primeiro passo para idoso aderir ao programa, mas não trazem subsídios para que o idoso esteja preparado para gerenciar seu envelhecer.⁴ Desse modo, a proposta não foi a ocupação do tempo livre, mas, o desenvolvimento de habilidades, conhecimento e competências para se viver uma velhice mais ativa, mais saudável e com significado, instrumentalizando o idoso para um processo de aquisição de novas habilidades e de enfrentamento de adaptações positivas, tratando-se de uma abordagem focada no desenvolvimento e crescimento pessoal.⁴ A partir destes conceitos os objetivos do programa são: Promoção do Envelhecimento Bem Sucedido baseado na fé; Fortalecer a relação existente entre os conceitos do Envelhecimento Bem Sucedido e o Estilo de Vida Adventista; Proporcionar orientações sobre saúde; Discutir as questões psicológicas relacionadas ao envelhecer; Estimular a cidadania; Promover a sociabilização; Conhecer o suporte familiar e social dos idosos; Implementar uma rede de suporte social; Promover relações Inter geracionais.

As ações desenvolvidas pelo grupo são: Reunião semanal com diferentes atividades: Acolhimento e troca das vivências da semana – cada idoso tem a oportunidade de contar as atividades, dificuldades e vitórias da semana; Estudo de um livro denominacional – estímulo cognitivo através da leitura, interpretação e discussão do livro, além do fortalecimento da espiritualidade para o enfrentamento positivo da velhice; Orientações sobre envelhecimento físico e psicossocial realizada por profissionais através de palestras e dinâmicas; Momentos de estímulo da atividade física com realização de alongamento e ginástica para idosos; Confraternização com alimentos saudáveis de modo educativo; Curso de Culinária Saudável realizado bimestralmente em parceria com o departamento de Saúde da igreja; Oficinas que possuem duração determinada e cada idoso escolhe a oficina de seu interesse, contando com a participação de voluntários. As oficinas já realizadas foram: beleza com produtos naturais com incentivo ao autocuidado e valorização da beleza na terceira e quarta idade. Artesanato: customização, fuxico, tricô, croché, pintura em tecidos, bordados, biscuit e patchwork. Os produtos são vendidos em bazar solidário com renda para o idoso; Formação de um coral com objetivo de estimulação cognitiva através da música, com apresentações na igreja proporcionando a valorização do idoso; Atividades culturais realizadas esporadicamente como visita à museus e exposições; Passeios realizados esporadicamente com temática definida para o desenvolvimento de atividades; Grupo de visitação: idosos acompanhados de outros membros da igreja, que se responsabilizam pelo suporte aos idosos mais fragilizados.

Conclusões. Os idosos se tornaram mais ativos e envolvidos com diferentes atividades. Uma preocupação maior com o cuidado com a saúde também foi observada. As relações foram fortalecidas e as crenças religiosas que favorecem o desenvolvimento de um bem-estar espiritual para enfrentamento das perdas do envelhecer e da finitude foram estimuladas. A igreja possui uma média de 90 idosos, sendo que 25 participam ativamente de todas as atividades e os outros participam de atividades pontuais. Um desafio é aumentar a adesão dos idosos da igreja e ampliar a participação de idosos da comunidade do entorno.

Contribuições para a enfermagem. A Enfermagem deve ter um preparo específico para desenvolvimento de novas estratégias em diferentes espaços e atuar reconhecendo as potencialidades dos grupos e considerando as diferentes formas de envelhecer para atender os desafios de uma velhice ativa.

Descritores: enfermagem geriátrica; promoção da saúde; espiritualidade
Eixo 1: O Cuidado de Enfermagem e as diferentes maneiras de envelhecer

Referências

- Rowe JW, Kahn RL. Successful Aging. New York: Pantheon; 1998.
- Crowther MR, et al. Rowe and Kahn's Model of Successful Aging Revisited: positive spirituality - the forgotten factor. The Gerontologist 2002; 42(5): 613-20.
- Santos N.C ; Fera P ; Lelis M.A.S. Saúde do Idoso. In: Haranda MJCS; Pedreira MLGP; Viana DL. (Org.). Promoção da Saúde: fundamentos e práticas. 1ªed.São Caetano do Sul, SP: Yendis Editora, 2012, p. 513-523.
- Fraser GE. Diet, life expectancy, and chronic disease: Studies of Seventh-Day Adventists and other vegetarians. New York: Oxford University Press; 2003.