

## AUTOCUIDADO NO OLHAR DO IDOSO DE UM GRUPO DE EXTENSÃO DE UMA UNIVERSIDADE COMUNITÁRIA

Ana Paula de Oliveira<sup>1</sup>, Jéssica Macedo Silveira<sup>1</sup>, Susane Raquel Perico Pavei<sup>2</sup>, Mariana Freitas Comin<sup>2</sup>, Neiva Junkes Hoepers<sup>2</sup>.

**Introdução:** O envelhecimento da população vem se tornando cada vez mais significativo no mundo. No Brasil esse processo também está se tornando um fenômeno, onde, mudanças demográficas vêm preocupando todos nós quanto o cuidado a saúde na fase idosa e no processo de envelhecimento saudável. O envelhecer é um processo natural e sequencial, pode não ser definido apenas pela perda da capacidade funcional e cognitiva, mas, por um conjunto de fatores individuais ao longo da vida da pessoa, que influenciam na qualidade de vida na fase idosa. **Objetivo:** Identificar o significado de autocuidado no olhar do idoso que frequenta um grupo de extensão. **Método:** Pesquisa descritiva quantitativa, exploratória e de campo, com 55 idosos de um grupo de extensão, nos meses de março e abril de 2019, e aplicou-se um questionário como coleta de dados e posteriormente analisado os dados a partir dos conteúdos coletados. **Resultados:** Foi identificado que os idosos participantes do grupo de extensão são totalmente independentes no que diz respeito às suas Atividades de Vida Diárias (AVD) e majoritariamente independentes nas suas Atividades Instrumentais de Vida Diárias (AIVD), ressaltando que a participação no grupo de extensão contribui significativamente para o seu autocuidado, independência e autonomia. **Conclusão:** O autocuidado é fundamental em qualquer fase da vida, porém na fase idosa ele se torna sinônimo de qualidade de vida e independência, o que faz do idoso um participante social e protagonista do seu cuidado. A Enfermagem desenvolve um papel importante na promoção e prevenção do envelhecimento. Trabalha na singularidade de cada pessoa, onde as ações são correlacionadas a vários aspectos: psicológicos, fisiológicos, sociais, culturais e econômicos que direta ou indiretamente contribuem na autonomia, independência e interação social dos idosos e conseqüentemente sua qualidade de vida.

**Descritores:** Idoso. Autocuidado. Envelhecimento. Enfermagem.

<sup>1</sup>Enfermeiras formadas pelo Curso Enfermagem da UNESC - SC

<sup>2</sup>Docentes e mestres do Curso de Enfermagem da UNESC – SC

Endereço: Susane Raquel Perico Pavei [susaneperico@unesc.net](mailto:susaneperico@unesc.net)  
Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC