

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza



Trabalho 427 - 1/5

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM UMA COMUNIDADE DE IDOSOS SEDENTÁRIOS

SILVA, Renata Elias da¹

PEDROSO, Charlise Fortunato²

ARAÚJO, Lyriane Apolinário de²

PESSÔA, Marina Araújo²

BORGES, Christiane Eugênia Barbosa³

BARBOSA, Maria Alves⁴

Descritores: agentes comunitários de saúde, atenção básica à saúde, idoso, atividades cotidianas

Introdução: O conceito de saúde evoluiu nos últimos vinte anos. Anteriormente conceituado como ausência de doenças, hoje se tem a concepção de que a saúde é uma qualidade multifatorial, sendo: bem estar físico, mental, social, espiritual e um ambiente favorável à saúde. A promoção da saúde objetiva trabalhar sobre todos esses determinantes¹. Mundialmente, o número de idosos cresce desde o século XX. Juntamente com a velhice aparecem também doenças crônicas degenerativas, acentuadas pelo sedentarismo². No Brasil a taxa de sedentarismo é alta e conseqüentemente aumentam-se os custos para o sistema de saúde. É de interesse do Ministério da Saúde (MS) minimizar essa taxa, por isso implementou-se na saúde básica projetos que visam incentivar a prática de atividades físicas nas comunidades, principalmente para idosos². Para melhorar a qualidade de vida da comunidade com ações de promoção da saúde, prevenção, recuperação, reabilitação de doenças e agravos mais freqüentes, foi criado, pelo MS, a Estratégia de Saúde da Família (PSF/ESF). O novo modelo tem como prioridade o trabalho em equipe multidisciplinar, médicos, enfermeiros,

1. Relatora. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009. renattynhaa@gmail.com
2. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009.
3. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Católica de Goiás – Goiânia, GO – 2009.
4. Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG) – Goiânia, GO -2009.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Gardã



Trabalho 427 - 2/5

auxiliares de enfermagem, em alguns casos odontólogos, e agentes comunitários (ACS) ³. Os ACS desenvolvem uma atividade ímpar por conviverem com a população local, sabendo, portanto, da realidade social, econômica e cultural da comunidade. Eles têm maior contato com a população, relacionando os saberes médicos-científicos com os saberes populares ⁴. O MS designa duas funções aos ACS: orientar as famílias para a utilização apropriada dos serviços de saúde e informar os demais membros da equipe sobre a dinâmica social da comunidade. Para alcançar esse objetivo é fundamental a preparação dos ACS, informando-lhes conhecimentos médicos-científicos, crenças populares e saberes cotidianos das famílias. É necessário treiná-los para realização de técnicas básicas, como aferir pressão, calcular IMC (Índice de Massa Corpórea) e verificar a validade do cartão de vacina⁴. Tratando-se de Promoção da Saúde, os ACS desenvolvem projetos buscando uma vida saudável para a comunidade, como as atividades de combate ao sedentarismo, visto que a insuficiência de atividade física juntamente com outros fatores (alimentação inadequada, falta de lazer, álcool-tabagismo) acarretam o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) ⁵. As DCNT são responsáveis por dois terços do total das mortes por causa conhecida, comprovando que a população brasileira, mesmo sabendo que a prática regular de exercícios físicos evita doenças e aumenta a expectativa de vida, não adere a este hábito. Sendo importante um constante trabalho de acompanhamento e incentivo à comunidade. Para que os projetos ocorram é necessário: a participação dos profissionais, da população envolvida e investimento por parte da Atenção Básica de Saúde ². A enfermagem possui um papel inexprimível na promoção da saúde para a terceira idade, pois detém o poder da criatividade na implementação do cuidado, tanto em grupo quanto individualmente. Diante dessa realidade, acadêmicas de Enfermagem atuaram junto com os ACS em um grupo de idosos, buscando a melhoria da qualidade de vida e a redução da incidência de DCNT. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem no desenvolvimento de atividades de promoção da saúde com um grupo de idosos do Distrito Sanitário Leste/ Goiânia–Goiás.

1. Relatora. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009. renattynhaa@gmail.com
2. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009.
3. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Católica de Goiás – Goiânia, GO – 2009.
4. Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG) – Goiânia, GO -2009.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Trabalho 427 - 3/5

Metodologia: Trata-se de um relato de experiência fruto da parceria entre ACS do Distrito Sanitário Leste e acadêmicas de Enfermagem. Realizaram-se duas intervenções, no Convento Irmã Dolorosa, próximo ao Cais Amendoiras em Goiânia–GO, com um grupo de idosos com quadro de sedentarismo. A primeira etapa da implementação ocorreu em Setembro de 2008, para conhecer a realidade do grupo, seus aspectos biopsicossociais e levantamento de dados como as principais patologias e hábitos de atividades físicas. Os idosos foram cadastrados e os dados referentes a PA (pressão arterial), IMC e HGT(índice de glicemia no sangue), foram aferidos e anotados em uma ficha. Em um segundo momento, houve uma atividade física ministrada por um professor de Educação Física. Ao final, uma roda divertida, em que foram feitas perguntas sobre os hábitos de vida dos participantes e sobre como percebiam a atividade desenvolvida. No intervalo desses momentos, houve um café da manhã e cada um ganhou um squeeze de água, para incentivá-los a maior ingesta hídrica durante o dia e principalmente, no momento da atividade física. A segunda etapa foi realizada no dia 13 de outubro. Foi feita uma ação voltada para o entretenimento. As acadêmicas fizeram uma evolução cronológica de músicas. A cada ritmo, os passos mudavam. Realizou-se também a atividade do “Perequetê”, que movimenta bastante o corpo enfatizando a importância da atividade física. Ao fim da ação foi servida salada de frutas. Aconteceram diálogos, conversas e mesas redondas com os ACS, confrontando experiências, entendendo a importância deles dentro PSF, e observando os principais problemas vivenciados por eles. **Resultados:** Na primeira intervenção compareceram dezessete pessoas, treze mulheres e quatro homens. A maioria apresentava hipertensão arterial e em menor frequência, diabetes tipo II. Na segunda, estiveram presentes trinta e cinco mulheres e três homens. Nas duas intervenções, os participantes tinham idade igual ou superior a 47 anos. Por meio destas, obteve-se um grande aprendizado sobre o trabalho dos ACS, sua atuação, as dificuldades encontradas e os meios que utilizam para saná-las. A gratidão, a receptividade do grupo e os

1. Relatora. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009. renattynhaa@gmail.com
2. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009.
3. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Católica de Goiás – Goiânia, GO – 2009.
4. Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG) – Goiânia,GO -2009.

**TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL**

07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza

Iracema Guardiã

Trabalho 427 - 4/5

problemas de saúde apresentados foram motivadores para a continuidade do trabalho das acadêmicas, com a certeza que a implementação de ações voltadas à comunidade depende dos profissionais, pois a população responde de forma positiva as atividades propostas. **Conclusões:** Percebeu-se a necessidade de perseverar com as atividades desenvolvidas para alcançar os resultados desejados. Deve-se tomar medidas que contribuam para evitar grande intervalo entre as atividades e planejar ações de acordo com o perfil dos idosos, que encontram nessas atividades um refúgio para dialogar, trocar experiências, compartilhar alegrias e tristezas. Ressalta-se a necessidade de preparar esse momento. Os profissionais devem interessar-se em escutar os idosos, mostrar disponibilidade para ajudar conforme a necessidade de cada um. Os idosos não gostam de atividades repetitivas. A diversidade é primordial para o bom resultado e aprovação dos idosos participantes.

Referência Bibliográfica

1. SÍCOLI, J.L., NASCIMENTO, P.R. **Promoção de Saúde: concepções, princípios e operacionalização**, Interface- Comunic, Saúde, educ, v.7, n.12, p.91-112, 2003.
 2. SIQUEIRA, F. V., FACCHINI, L. A., PICCINI, R. X., TOMASI, E., THUMÉ, E., SILVEIRA, D. S., HALLAL, P. C. **Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 24(1):39-54, Jan. 2008.
 3. BRASIL, Ministério da Saúde, 2004. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/dab/atencabasica.php>. Acesso em: 13 de novembro de 2008.
 4. NUNES, O.M.; TRAD, L.B.; ALMEIDA, B.A.; HOMEN, C.R.; MELO, M.C.I.C. **O agente comunitário de saúde: construção da identidade desse**
-
1. Relatora. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009. renattynhaa@gmail.com
 2. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009.
 3. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Católica de Goiás – Goiânia, GO – 2009.
 4. Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG) – Goiânia, GO -2009.

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL
E SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

07 a 10 de Dezembro 2009
Centro de Convenções do Ceará
Fortaleza



Trabalho 427 - 5/5

personagem híbrido e polifônico. Cad. Saúde Pública, v.18, n.6, p.1639-46, 2002.

5. MONTEIRO, Carlos Augusto, FLORINDO, Alex Antonio, CLARO, Rafael Moreira *et al.* **Validade de indicadores de atividade física e sedentarismo obtidos por inquérito telefônico.** *Rev. Saúde Pública*, ago. 2008, vol.42, no.4, p.575-581.

1. Relatora. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009. renattynhaa@gmail.com
2. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da FEN/UFG – Goiânia, GO – 2009.
3. Aluna regularmente matriculada no curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Católica de Goiás – Goiânia, GO – 2009.
4. Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás (UFG) – Goiânia, GO -2009.