

Ações educativas desenvolvidas em um grupo de idosos

Tatiane Marinz de Souza*, Amanda Portugal de A. Moreira*, Eleinne Felix Amin*, Lívia Bertasso Araújo*, André Luiz de Souza Braga, M.Sc.***, Deise Ferreira Souza, M.Sc.**

**Acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem (Bacharelado e Licenciatura) da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro, **Professor da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa – Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro, Membro e pesquisador do NECIGEN – Núcleo de Estudos em Cidadania e Gerência em Enfermagem*

Resumo

Objetivo: Relatar uma experiência vivenciada pelas acadêmicas de enfermagem da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense, na Policlínica Regional do Largo da Batalha, Niterói/RJ, no grupo de idosos, por meio da educação em saúde. **Material e métodos:** Trata-se de um estudo qualitativo do tipo relato de experiência realizado com grupo de idosos durante dois dias do mês de outubro de 2011. **Resultados:** Através das atividades lúdicas percebemos a receptividade dos idosos e a aderência a essas ações. Conseguimos atingir bons níveis de saúde mental e física através de uma maior integração e participação, despertando alegria, satisfação e aumento do desejo de viver. O trabalho em equipe, de forma lúdica, desperta o desejo de desfrutar a vida, incorporando novas atitudes e valores de convivência. Adquirir informações de formato diferenciado melhora as tensões emocionais, proporcionando autocontrole e confiança. **Conclusão:** As práticas de ações educativas propiciam uma melhoria sensível da qualidade de vida com implicações sociais, psíquicas e fisiológicas.

Palavras-chave: educação em saúde, enfermagem, gerontologia, ludoterapia.

Abstract

Educational actions developed in a group of elderly

Objective: To report an experience of nursing students at the School of Nursing Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense, in the Regional Medical Clinic in Largo da Batalha, Niterói/RJ, in a group of elderly, through health education. **Methods:** This is a qualitative study with experience report approach conducted with elderly group during two days of October 2011. **Results:** Through the activities we perceive the receptivity of the elderly, and adherence to these actions. We achieved good levels of mental and physical health through higher integration and participation, awakening joy, satisfaction and increased desire to live. The teamwork, in a ludic behavior, awakens the desire to enjoy life, incorporating new attitudes and values of life. Acquiring new information in a different way improves the emotional

tensions and provides self-confidence. *Conclusion:* Educational practices provide a substantial improvement in quality of life in social, psychological and physiological aspects.

Key-words: health education, nursing, gerontology, play therapy.

Resumen

Acciones educativas desarrolladas en un grupo de ancianos

Objetivo: Comunicar una experiencia para los estudiantes de enfermería en la Escuela de Enfermería Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense, en la Policlínica Regional de Clínica Médica en Largo da Batalha, Niterói/RJ, en el grupo de ancianos, a través de educación para la salud. *Material e métodos:* Se realizó un estudio cualitativo del tipo relato de experiencia llevada a cabo por el grupo de ancianos durante dos días del mes de octubre de 2011. *Resultados:* A través de las actividades percibimos la receptividad de los ancianos, y la adhesión a estas acciones. Hemos logrado buenos niveles de salud física y mental a través de una mayor integración y participación, despertando alegría, satisfacción y el deseo de vivir. El trabajo en equipo de una manera más lúdica despierta el deseo de disfrutar de la vida, la incorporación de nuevas actitudes y valores de convivencia. La adquisición de información de una manera diferente mejora las tensiones emocionales y proporciona autocontrol y confianza. *Conclusión:* La práctica de actividades educativas proporciona una mejora sustancial en la calidad de vida en los aspectos social, psicológico y fisiológico.

Palabras-clave: educación para la salud, Enfermería, gerontología, terapia de juego.

Introdução

O isolamento social dos idosos ocorre devido a certas exigências do meio, e a modificação das circunstâncias do dia a dia, que os levam a perderem a iniciativa, a motivação, a se sentirem bloqueados e inseguros [1]. Resultando em idosos depressivos, descontentes e sozinhos, levando a uma adaptação e aceitação difícil pelo indivíduo. Como um meio de proporcionar mais vigor físico, socialização, dentre outros tipos de ações, as práticas em grupo aparecem como grandes aliadas para proporcionar saúde, bem-estar e integração social, assim como o fortalecimento da autoestima e do autoconceito, retomada de condições de independência, proporcionando-lhes autonomia.

O presente trabalho relata as experiências vivenciadas na Policlínica Regional do Largo da Batalha, Niterói/RJ, Brasil, através de atividades educativas com grupos de idosos, as quais se desenvolveram durante o ensino teórico-prático da disciplina Enfermagem no Gerenciamento da Assistência em Saúde I, do 6º período, acompanhadas pelo professor responsável, da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa (EEAAC) da Universidade Federal Fluminense (UFF).

A policlínica atende uma grande demanda de idosos, os quais participam das atividades desenvolvidas e buscam o local, pois acreditam no serviço e atendimento oferecido. O grupo foi criado a partir

da observação da população local assistida, com o objetivo de reintegrá-los na sociedade para que eles possam levar uma vida produtiva, estimulá-los a serem idosos ativos, informá-los sobre prevenção e tratamento de doenças crônicas decorrentes da idade, aumentar a adesão ao tratamento de doenças como diabetes e hipertensão, desmistificar mitos e tabus e fazer dos encontros um momento de alegria e diversão.

Este estudo torna-se relevante a partir do momento que entendemos que a educação em saúde pode transformar o cotidiano dos indivíduos trazendo hábitos saudáveis e dessa forma tornar cada indivíduo um multiplicador desse aprendizado adquirido, possibilitando escolhas mais saudáveis [2]. Os profissionais de enfermagem que exercem suas atividades em atenção básica de saúde têm por responsabilidade repassar orientações e informações sobre a saúde da população.

Segundo o Estatuto do Idoso é assegurada a atenção integral à saúde do idoso, por intermédio do Sistema Único de Saúde (SUS), garantindo-lhe o acesso universal e igualitário, em conjunto articulado e contínuo das ações e serviços, para a prevenção, promoção, proteção e recuperação da saúde. Esses devem participar das comemorações de caráter cívico ou cultural, para transmissão de conhecimentos e vivências às demais gerações, no sentido da preservação da memória e da identidade cultural [3].

A Política Nacional de Saúde do Idoso segundo a Lei N.º 8.842 de 1996 tem como diretrizes essenciais a promoção do envelhecimento saudável; a manutenção e a melhoria da capacidade funcional deles; a prevenção de doenças e assistência às necessidades e a recuperação de saúde dos que adoecem e a reabilitação da capacidade funcional restringida, garantindo-lhes permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na sociedade, valorizando a autonomia ou autodeterminação e a preservação da independência física e mental do idoso [4].

A responsabilidade de favorecer a autonomia dos idosos é de toda sociedade e principalmente dos profissionais de saúde. Assim, os principais motivos das medidas preventivas na terceira idade é melhorar a saúde e a qualidade de vida, de modo que eles tenham suas atividades menos afetadas por doenças crônicas. É importante que as pessoas não percam o interesse pelas alegrias da vida mesmo na velhice extrema, é essencial que prossigam desenvolvendo tarefas físicas e intelectuais e que a sociedade continue a se beneficiar com sua eficiência. Para isso, a vivência, o jogo, o lúdico, viabilizado através de dinâmicas de grupos possibilitam o surgimento das condições propícias para a constituição do grupo e do ensino-aprendizagem [5].

A abordagem lúdica facilita a aprendizagem, o desenvolvimento pessoal, social e cultural, colabora para uma boa saúde mental, prepara para um estado interior fértil, facilita os processos de socialização, comunicação, expressão e construção do conhecimento [6]. Desta maneira, a utilização do lúdico em atividades dinâmicas coletivas ou individuais, pode gerar a estimulação pessoal, promover a qualidade de vida dos idosos, bem como manter um relacionamento mais amigável com eles.

As atividades lúdicas para os idosos possuem boa aceitação por estes, despertando seu interesse, pois gera prazer, equilíbrio emocional, desenvolvimento social e levam o indivíduo à autonomia sobre seus atos e pensamentos. Além disso, abre as portas para situações estimulantes dentro de suas atividades, buscando diminuir as resistências ao tato, ao contato, ao movimento e ao prazer pela vida, podendo ser um dos aspectos favoráveis à melhor qualidade de vida. Estes benefícios contemplam os aspectos sociais, emocionais e motivacionais, e correlaciona-se com o envelhecimento bem sucedido [7].

Diante do que foi exposto, o propósito deste estudo foi relatar uma experiência vivenciada pelas

acadêmicas de enfermagem da EEAAC/UFF na Policlínica Regional do Largo da Batalha no grupo de idosos, por meio da educação em saúde, visando à promoção da mesma através de atividades lúdicas, para assim transmitir conhecimento para essa promoção de uma forma leve e dinâmica, obtendo uma melhor aprendizagem e promovendo não somente a saúde mental como a física.

Material e métodos

Trata-se de um estudo qualitativo, que consiste em uma pesquisa que se ocupa nas Ciências Sociais, com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado, uma vez que trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes [8], no qual fizemos um relato de experiência de uma atividade educativa, desenvolvida por um grupo de acadêmicas de enfermagem, nutrição e uma profissional da odontologia com o grupo de idosos já existentes na Policlínica Comunitária do Largo da Batalha, Niterói/RJ, Brasil.

A Policlínica opera de forma ambulatorial e emergencial. Dentro do setor ambulatorial são realizados grupos com a finalidade de promoção da saúde e prevenção de doenças. Um desses grupos existentes é o dos idosos participantes do HiperDia [9], um sistema informatizado que permite cadastrar e acompanhar os portadores de hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus, doenças comuns em idosos, captados e vinculados às unidades de saúde.

A ideia de realizar essas atividades emergiu de um convite realizado pela enfermeira da unidade para que nós, alunas do ensino teórico prático da disciplina Gerenciamento da Assistência em Saúde I, participássemos da festa da primavera, que ocorre todo ano para os idosos do grupo. Surgiu então a ideia de fazermos educação em saúde de uma forma lúdica e dinâmica, na qual os idosos participariam ativamente e realizaríamos educações em saúde de uma forma diferenciada.

Resultados e discussão

As atividades lúdicas, dentre elas, canto e dança, foram realizadas dentro das dependências da policlínica, onde, normalmente, ocorrem as reuniões do grupo. Neste contexto, 19 de 20 idosos participantes da pesquisa, quando indagados sobre a importância de participar em atividades educati-

vas, que estavam inseridas no lúdico e lazer, estes idosos afirmaram aprender várias coisas, sentiam-se importantes, valorizados, incentivados e animados e que podiam fazer novas amizades. Com isso, além de se divertirem, de se distraírem e de se sentirem bem, esses idosos acreditam ser este um jeito novo e válido de aprender a viver [10].

Já conhecendo o programa de extensão da UFF, Saudarte – que visa promover a saúde e prevenir doenças, criando paródias, cantando, dançando e fazendo animações a partir de temas variados, proporcionando assim, um “show” interativo e lúdico onde os participantes e o público se divertem e aprendem [11] –, escolhemos três músicas de autoria deles sobre hipertensão, diabetes e osteoporose para cantarmos, e nos caracterizamos com acessórios e fantasias para divertir e utilizar a educação lúdica.

Esta atividade de educação lúdica em saúde ocorreu em dois dias do mês de outubro de 2011 e teve a participação de profissionais de outras áreas, como nutrição e odontologia. Juntamente conosco, o grupo de acadêmicas de nutrição realizaram também atividades como: jogo da memória e uma pirâmide da alimentação, visando ensinar qual eram as prioridades na alimentação. Também foi realizada uma palestra com uma profissional de odontologia, falando sobre a higiene oral.

Através das atividades propostas pelas acadêmicas de nutrição, a profissional de odontologia e por fim, nós acadêmicas de enfermagem, percebemos a receptividade dos idosos, e a aderência a essas ações. Percebemos que através do trabalho com paródias referentes a doenças comuns do idoso, desenvolvido por nós, acadêmicas de enfermagem, o jogo trabalhando a alimentação, desenvolvido pelas acadêmicas de nutrição, e a palestra dada pela profissional de odontologia, atingimos vários objetivos para a promoção da saúde e a prevenção de doenças, tais como, melhor compreensão de seu processo saúde/doença e corresponsabilidade [12]. Além disso, trabalhamos para atingir bons níveis de saúde mental e física através de uma maior integração e participação, despertando alegria, satisfação e aumento do desejo de viver.

O trabalho em equipe de uma forma mais lúdica desperta o desejo de desfrutar a vida, incorporando novas atitudes e valores de convivência, já que percebemos que muitos idosos participam daquele grupo pelo simples fato de ser uma forma de distração e uma atividade para eles. Adquirir novas informações de uma forma diferente melhora

as tensões emocionais proporcionando autocontrole e confiança.

Conclusão

Os efeitos da diminuição natural do desempenho do idoso podem ser atenuados se forem desenvolvidos com os mesmos programas de atividades educativas que além de educar sobre a própria saúde visem à melhoria das capacidades motoras, sociais, emocionais e intelectuais que apóiam a realização de sua vida cotidiana.

Em nossos encontros com os idosos na Policlínica Regional do Largo da Batalha foi favorecida aos mesmos a oportunidade de obterem informações sobre cuidados com a saúde, bem como foram geradas condições de lazer. Além disso, também foi resgatada a importância da ocupação com finalidade de estimular o idoso para a vida e as atividades, resgatando a vontade de viver, com isso tornando a velhice mais ativa e saudável, e mantendo um bom nível de sua autonomia.

Percebemos a aceitação por parte dos idosos nas realizações das atividades, o que é fundamental para estes aprender a lidar com as transformações de seu corpo e tirar proveito de sua condição, resgatando assim a sua cidadania.

Dessa forma concluímos que as práticas de ações educativas propiciam uma melhoria sensível da qualidade de vida com implicações sociais, psíquicas e fisiológicas. Por fim, podemos concluir que a metodologia adotada pela disciplina de Enfermagem no Gerenciamento da Saúde I nos permitiu promover estratégias que geraram um ensino de qualidade, voltado para a gerência de unidade básica de saúde, com estratégias inovadoras, nos demonstrando o papel do gestor e enfatizando sua importância quando se faz presente e participativo junto aos clientes, gerenciando o cuidado e atuando com foco no processo de gestão e não na burocratização das ações.

Referências

1. Simões R. Corporeidade e terceira idade: a marginalização do corpo idoso. Piracicaba: Unimep; 1994.
2. Valla VV, Stotz EN. Educação, Saúde e Cidadania. 2ª ed. Rio de Janeiro: Vozes; 1996.
3. Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso. Legislação de Saúde (Art. 15. e Art. 21. § 2.º). 1ª ed. Brasília: MS; 2003.
4. Ministério da Saúde. Lei N.º 8.842 - Portaria n.º 1.395/GM, em 10 de dezembro de 1999. Política nacional de saúde do idoso. Brasília: MS; 1999.

5. Moura LF, Camargos AT. Atividades educativas como meio de socialização de idosos institucionalizados. Anais do 8º encontro de extensão da UFMG, 2005.
6. Oliveira E, Rodrigues MS, Souza RS, Guimarães AR. O lúdico na educação de jovens e adultos. [citado 2011 Nov 24]. Disponível em URL: <http://alb.com.br>
7. Mendes MCDG, Siqueira FC. Práticas corporais, perspectivadas no lazer, com idosos: sentidos de (nova) vida, Anais do XVI Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e III Congresso Internacional de Ciências do Esporte Salvador - Bahia, 2009.
8. Minayo MCS. Pesquisa Social. 29ª ed. Petrópolis: Vozes; 2010. p. 21.
9. Valle WAC, Silva CS, Braga ALS, Rosas AMMTF. Hiperdia, sistema de informação em saúde, produção de conhecimento para melhoria da prática de Enfermagem na Atenção Básica. Revista Enfermagem Brasil 2011;10(2):108-14.
10. Gáspari JC, Schwartz GM. O idoso e a resignificação emocional do lazer. Psic: Teor Pesq 2005;21(1):69-76.
11. Projeto de extensão Saudarte. Universidade Federal Fluminense. [citado 2011 Nov 20]. Disponível em URL: <http://www.uff.br/proex>
12. Leonardi LC, Rodrigues AL. Caixa lúdica para idosos: processo de construção como procedimento clínico e sua contribuição na qualidade do vínculo. Psicologia USP 2012;23(2):327-42.