

AÇÕES EDUCATIVAS COMO PROCESSO PARA MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Karuline Andrade e Silva (1); Irislândia de Oliveira Batista (2); Thaciane Maria Ferreira de Souza (3); Leandro Nonato da Silva Santos (4); Giliara Carol Diniz de Luna Gurgel (5)

(1) Graduanda em Enfermagem, *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*, maria.ka@gmail.com; (2) Graduanda em Enfermagem, *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*, irislandia.oliveira@gmail.com; (3) Graduanda em Enfermagem, *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*, thacimfs@outlook.com; Graduando em Enfermagem, *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*, leandrononato92@gmail.com; (5) Docente, *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*, giliara.carol@ufcg.edu.br.

INTRODUÇÃO

O conceito de qualidade de vida possui uma visão com muitas dimensões, abrangendo as questões física, psicológica, social e espiritual. Entre os parâmetros, estão os subjetivos, que englobam o bem-estar, a felicidade e a realização pessoal, bem como os objetivos que possuem relação com a satisfação das necessidades básicas, além daquelas relacionadas à estrutura social (1).

A qualidade de vida pode ser avaliada levando em consideração diversos fatores como apoio familiar, religiosidade, idade cronológica do indivíduo, estabilidade financeira, autoestima, estado emocional, capacidade de autocuidado, condições de saúde, valores morais, éticos e culturais, lazer, capacidade funcional, atividade intelectual, estilo de vida saudável, trabalho, grau de satisfação com as atividades desempenhadas e por último o ambiente em que este indivíduo está inserido (2).

No cenário atual, considerando as necessidades que emergem advindas do crescimento populacional, torna-se um grande estímulo, no tocante às políticas públicas, atender às necessidades dos idosos, para que se possa promover um envelhecimento adequado, aliado a uma boa qualidade de vida (3).

O maior desafio visando a pessoa idosa é conseguir contribuir para que, apesar das limitações que possam ter, elas tenha condições de descobrir possibilidades de viver suas próprias vidas com mais independência, realizando atividades a elas atribuídas. As atividades desenvolvidas de forma construtiva com a participação do idoso, especialmente ações de educação em saúde, trazem bons frutos por instigar o aumento da sua autonomia, sua capacidade física, de movimentos motores e de memória, tendo cada vez mais qualidade de vida (4).

Diante do exposto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência vivenciada durante a execução de um projeto de extensão em instituições de longa permanência e em um condomínio de idosos. O estudo torna-se relevante, pois tem a finalidade de contribuir para ampliação de informações acerca da temática em questão, incentivando acadêmicos e profissionais, bem como a comunidade em geral a trabalhar ações de educação em saúde com a população idosa, além de fomentar mais estudos sobre o tema.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência realizado em três instituições de longa permanência (ILP) e em um condomínio fechado localizados no município de Cajazeiras – PB. As ações foram realizadas por alunas do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Cajazeiras (UFCG) no ano de 2016, em grupo era composto por 9 integrantes.

O desenvolvimento se deu através de fases para que fosse realizado com êxito. Em um primeiro momento, foi realizada reunião de planejamento com todos os integrantes e com a

orientadora do grupo de trabalho a fim de definir as atividades que seriam realizadas, reunião esta que foi realizada semanalmente, no decorrer do projeto. Em um segundo momento foi feita a divisão dos grupos onde cada um era composto por três integrantes, e como eram três instituições, havia sempre permuta para que todos entrassem em contato com realidades e idosos diferentes. Os integrantes de cada grupo se reuniam e apresentava as ideias que contemplassem ações específicas voltadas para limitações cognitivas ou funcionais observadas nos idosos.

No momento de interação, iniciamos fazendo a apresentação do grupo e, como estes idosos tendem ao isolamento e à solidão, havia o momento da escuta no qual eles falavam seus sentimentos e suas angústias.

Entre as atividades que foram desenvolvidas estava a leitura de cordéis, leituras de poemas e histórias, fazendo com que recordasse de coisas passadas para ativar a memória. Foi confeccionada uma caixa colorida, na qual havia objetos que eles sorteavam e falavam sobre suas recordações. Entre os objetos havia lamparina, disco de vitrola, peteca, e outros. Em outra vivência, levamos desenhos para os mesmos colorir, com lápis de pintar ou giz de cera, bem como, tocamos músicas antigas para recordar o passado. Quanto à educação em saúde, falamos sobre a higiene, a importância da limpeza, e levamos escovas de dentes para explicar a maneira correta de escovação dental.

Muitas atividades foram realizadas e feito o acompanhamento desses idosos, e vimos que os mesmos gostavam de ter nossa presença, de forma que também se sentiam à vontade para fazer sugestões do que podíamos trazer no próximo encontro, levando-nos a tentar atender seus pedidos. Embora muitos participassem das atividades, havia certa preocupação com as incapacidades de alguns idosos, e para isso eram feita as devidas adaptações das atividades, a fim de promover sua inclusão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os residentes de instituições de longa permanência, não tem a liberdade quando comparado com os idosos que moram com os familiares, fazendo-se necessário a intervenção através de ações de promoção da saúde. No decorrer dos encontros para realização das ações, percebemos que os idosos participavam ativamente das atividades educativas executadas.

De acordo com Guimarães, Dutra, Silva, Silva e Maia⁵, as atividades lúdicas trazem diversos benefícios para o idoso, colaborando com o estímulo das funções mentais, que podem está fragilizadas ou comprometidas. Quase sempre, os idosos das ILPs ficam isolados, e quando são realizadas atividades novas e estimulantes, como a arte e a música, o idoso é levado a um estado de descontração, sendo possível evidenciar tal fato, sempre que chegávamos para realizar as atividades. Ainda de acordo com os autores supra citados, o lúdico colabora na redução de sentimentos negativos que podem comprometer a saúde mental, levando em consideração que as mesmas favorecem a criação de vínculos.

Dentre as metodologias utilizadas, as rodas de conversas eram de suma importância, levando em consideração que os participantes trocavam ideias, contavam histórias do passado e interagiam, expressando sentimentos tristes e felizes.

Em cada instituição foi notável, o interesse dos idosos em participar das ações, embora no início os mesmos apresentavam-se tímidos, com receio dos outros colegas de grupo. Nesse sentido, de acordo com Santos, Vaz⁶, o ator social na velhice, procura evitar participar de atividades que interfiram na rotina diária, mas quando supera os medos do novo, sente-se seguro e adentra descobrindo suas potencialidades e aproveitando as oportunidades propostas.

Embora estivessem em instituições diferentes, a empolgação dos idosos diante das novidades e ações oferecidas eram as mesmas, ficando claro com isso a relevância do estímulo

cognitivo-motor, e o fato de que o ambiente onde está inserido e as pessoas com que convivem podem influenciar na sua saúde, de forma que é recomendado que idosos que residem ou não em ILPIs sejam inseridos nessas atividades.

CONCLUSÃO

Conclui-se que as atividades educativas são muito importantes na terceira idade, e que quando trabalhadas em instituições de longa permanência, estão diretamente relacionadas a promoção da saúde, levando em consideração que esses ambientes, em sua grande maioria, degradam a função cognitiva, motora e afetiva da pessoa idosa, que quase sempre encontra-se na solidão.

As atividades educativas na qual o lúdico está inserido, promovem a criação e o fortalecimento de vínculos dos que residem nas ILPIs. As várias modalidades de ações educativas trazem benefícios significantes, os quais ficaram evidentes através do envolvimento e da alegria do público-alvo sempre que participavam das atividades. Em suma, essa modalidade de ação educativa deve ser sempre trabalhada e valorizada, visando cada vez mais a execução dessas práticas, consideradas instrumento de promoção da saúde de idosos em geral, promovendo bem-estar biopsicossocioespiritual.

REFERÊNCIAS

1. Paskulin LMG, Córdova FP, Costa FM, Vianna LAC. Percepção de pessoas idosas sobre qualidade de vida. *Revista Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, 2010; [acesso em: 09 set 2017]; v.23, n.1, p.101-107. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000100016.
2. Sousa JQA, Rodrigues RN. Gestão da qualidade de vida dos idosos frequentadores do centro de convivência e apoio ao idoso casa de clara. *Revista FATEC Zona Sul*, 2015. [acesso em: 08 set 2017]; v.1, n.3, p.2-14, 2015. Disponível em: <http://www.revistarefas.com.br/index.php/RevFATECZS/article/view/23>.
3. Joia CL, Ruiz T, Donalisio MR. Condições associadas ao grau de satisfação com a vida entre a população de idosos. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, fev. 2007. [acesso em: 09 set 2017];v.41, n.1, p.131-138. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102007000100018.
4. Gautério DP, Vidal DAS, Barlem JGT, Santos SSCS. Ações educativas do enfermeiro para a pessoa idosa: estratégia saúde da família. *Rev. enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, dez. 2013. [acesso em: 09 set 2017]; v. 21(esp.2), p. 824-8. Disponível em <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/12302>>.
5. Guimarães AC, Dutra NS, Silva GLS, Silva MV, Maia BDLC. Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. *Pesqui. prá. psicossociais*, São João del-Rei, dez. 2016; [acesso em: 07 set 2017]; v. 11, n. 2, p. 443-452,. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082016000200013.
6. Santos GA, Vaz CE. Grupos da terceira idade, interação e participação social. *Psicologia e práticas sociais* [online]. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, 2008; [acesso em: 08 set 2017]; pp. 333-346. Disponível em: <http://books.scielo.org/id/886qz/pdf/zanella-9788599662878-31.pdf>.