

ENVELHECIMENTO ATIVO E PROMOÇÃO DA SAÚDE NO CUIDADO INTEGRAL DE IDOSOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Envelhecimento ativo; Promoção da Saúde; Atenção Primária à Saúde

Introdução

Considerando o contínuo e intenso processo de envelhecimento da população brasileira, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), instituída pela Portaria nº 2.528/2006 estabelece as diretrizes de organização do sistema de saúde visando manter, recuperar e promover a autonomia e independência funcional na terceira idade. O conceito de Envelhecimento ativo da OMS reconhece que o cuidado em saúde deve ir além da identificação de doenças, considerando também aspectos psicológicos, econômicos, sociais, espirituais e culturais. Nesse contexto, o trabalho em grupo com pessoas idosas surge como um espaço de apoio e estímulo ao envelhecimento ativo e saudável, fortalecendo a autonomia desses sujeitos como protagonistas do seu cuidado em saúde. O objetivo deste estudo é relatar a experiência de residentes multiprofissionais na condução de um grupo de idosos da Atenção Primária à Saúde (APS), com ênfase nas ações de promoção da saúde e na melhora da funcionalidade.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência, de abordagem qualitativa e descritiva, tendo como base as atividades desenvolvidas pela residência multiprofissional em um grupo de idosos de uma unidade básica de saúde do interior do estado do Ceará. As ações são realizadas no grupo 'Saúde em Foco', composto por idosos com idades entre 56 e 76 anos. Os encontros iniciaram em março e acontecem semanalmente na associação do bairro, conduzidos por uma nutricionista e uma fisioterapeuta, e são divididos em duas etapas: a prática corporal e a educação em saúde. A aferição da pressão arterial é feita sempre antes de iniciar a atividade física. Para a prática são utilizados materiais simples como garrafas, cabos e faixas elásticas. As atividades de educação em saúde englobam temas como alimentação e nutrição, sono, prevenção de quedas, estímulo à memória e cognição, entre outros.

Resultados / Discussão

As atividades desenvolvidas no grupo "Saúde em Foco" possibilitaram a criação de um espaço de troca das situações comuns vivenciadas no dia a dia dos idosos, ampliando o entendimento das situações ligadas à saúde, mas sem deixar de considerar as suas vivências e saberes populares. Destaca-se a contribuição dos encontros para a socialização da pessoa idosa e criação de vínculos entre os participantes. Observa-se que os exercícios favorecem a preservação da independência nas atividades de vida diária (AVDs) e mitigam as perdas funcionais. Adicionalmente, auxiliam no controle da pressão arterial e da glicemia, visto que a maioria dos participantes do grupo apresenta hipertensão e diabetes. No que concerne às ações de educação em saúde, estas são desenvolvidas por meio de dinâmicas e rodas de conversa, visando ao fortalecimento da autonomia dos idosos quanto ao seu próprio cuidado.

Considerações Finais

A atuação do grupo demonstrou a relevância da residência multiprofissional para o fortalecimento do SUS, alinhado às diretrizes da PNSPI. Além disso, o trabalho em grupo com idosos pode ser considerado uma importante ferramenta para a promoção da saúde e melhora da funcionalidade na terceira idade, contribuindo assim para o cuidado integral na APS.

Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 192 p. il. (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 19). Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad19.pdf.