

**A ENFERMAGEM COMO MÉTODO DIFUSOR DE CONHECIMENTO E
EDUCAÇÃO EM SAÚDE, DIRECIONADO A UM GRUPO DE MÃES DA TERCEIRA
IDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

Jéssica de Lucena^a, Marina Brandalise^a, Rosana P. Lunelli^{a*}

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha - FSG

Informações de Submissão	Resumo
<p>*Autor correspondente (Orientador) Rosana P. Lunelli, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472 Fonte <i>Times New Roman</i> 10 de cor preta, alinhamento à direita, espaçamento 1,0.</p>	<p>Este artigo em forma de relato de experiência constitui um trabalho desenvolvido com um grupo de mães da terceira idade, pertencentes à um clube localizado em um bairro da mesma abrangência da UBS na qual serviu para campo de estágio. Os objetivos deste estudo foram conhecer e vivenciar a interação entre o grupo de mães através do programa de educação em saúde e difundir conhecimento acerca de um tema proposto. Participaram do estudo 24 mulheres com faixa etária média de 70 anos, 04 acadêmicas do curso de enfermagem, juntamente com a monitoração do professor orientador. Foram abordadas as temáticas em torno dos principais cuidados com a saúde e higiene no inverno, e transtornos depressivos na terceira idade. Resultados obtidos foram satisfatórios, pois se obteve uma positiva interação sobre o assunto com o grupo trabalhado.</p>
<p>Palavras-chave: Educação em saúde. Idoso. Atenção primária à saúde. Enfermagem primária.</p>	

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, conforme o Estatuto do Idoso considera-se idoso a pessoa com idade igual ou superior a 60 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009). No país a expectativa média de vida ao nascer é de 74 anos, ocupando desta forma a 80ª posição no ranking mundial da Organização Mundial da Saúde (OMS), a medida que o Japão (83 anos) é o primeiro colocado segundo as estatísticas mundiais de 2013 (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2013).

A busca pela promoção da saúde tem como objetivo reduzir a vulnerabilidade e os riscos inerentes à saúde da população, através da participação e controle social. O termo “envelhecimento ativo” surge com bastante ênfase, no qual centraliza-se na melhoria das

oportunidades de saúde, na participação social, cultural, espiritual, econômica, civil e de segurança na vida do idoso (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

O processo de envelhecimento ocorre de forma progressiva, contínua e dinâmica, ocasionando assim modificações biopsicossociais, associadas à maior fragilidade e vulnerabilidade, desencadeando importantes alterações fisiológicas nos sistemas orgânicos corporais, trazendo efeitos indesejáveis aos aparelhos e órgãos essenciais. O estado de total funcionalidade do organismo possui relação direta entre a sensação de bem-estar dos idosos e sua utilidade no meio social, de forma economicamente ativa, pois quando este ser tem suas capacidades de produção minimizadas, pode manifestar-se a sensação de inutilidade (VALENTE; CORTEZ; NASCIMENTO, 2011).

Muitas estratégias na promoção do envelhecimento saudável estão ligadas à educação em saúde. Incentivando o indivíduo à participação em grupos, conseqüentemente é possível fazer com que o idoso gerencie sua vida, transformando a sua realidade social e estimulando o desenvolvimento da autonomia sobre a sua própria saúde (RUMOR; BERNS; HEIDEMANN et al., 2010). Frente à educação em saúde, atividade que vem a ser desenvolvida pelos profissionais da área da saúde, está o enfermeiro, principal norteador no processo do cuidado. Este profissional possui a capacidade de estabelecer uma relação de diálogo e reflexão para com o paciente, visando a conscientização e participação de forma ativa deste, sobre a sua saúde e transformação na qualidade de vida (SOUZA, 2010).

Nesse contexto, o papel da educação em saúde é promover a transformação do estilo de vida dos indivíduos e sua coletividade e, por conseguinte, proporcionar qualidade de vida e melhorias na saúde. Deste modo, é de extrema importância conhecer as estratégias de educação em saúde que estão sendo utilizadas para com os idosos, a fim de apontar brechas em torno do envelhecimento e responder às necessidades e demandas específicas dessa faixa etária (GIRONDI; SANTOS, 2011). Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência vivenciada entre as acadêmicas de enfermagem e um grupo de idosas pela interface da educação em saúde na atenção básica.

2METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, construído a partir das perspectivas das acadêmicas e da docente, com base nas atividades educativas em saúde desenvolvidas com o grupo de idosas.

As atividades desenvolvidas foram realizadas com um Grupo de Idosas pertencentes ao Clube de Mães Santa Rita de Cássia, da cidade de Caxias do Sul, RS. A escolha do grupo para a elaboração da atividade educativa se deu através da interação entre a Unidade Básica de Saúde que serviu como campo de estágio para as acadêmicas e o interesse mútuo do Clube de Mães.

O clube de Mães Santa Rita Cássia atua como meio de acolhimento e estímulo à interação social para as mães, através de encontros semanais, as participantes elaboram diversos trabalhos manuais em prol à comunidade regional, seja no preparo de massas e pães para arrecadação financeira e sustentabilidade do grupo ou na elaboração de itens de enxoval – cama, mesa e banho – que após são doados à famílias carentes ou comercializados para a população em geral.

A experiência das acadêmicas do curso de Enfermagem do sexto semestre do Centro Universitário da Serra Gaúcha – FSG com as participantes do grupo de mães ocorreu no dia 20 de Junho de 2017, nas dependências da própria sede do clube, situado no bairro Desvio Rizzo. O grupo foi composto por 24 mulheres com faixa etária média de 70 anos, 04 acadêmicas do curso de Enfermagem, juntamente com a professora orientadora. Os temas educativos abordados foram entorno dos principais cuidados com a saúde e higiene no inverno regional rigoroso, bem como o transtorno depressivo em idosos.

Inicialmente, as acadêmicas propuseram um breve alongamento, fornecendo o auxílio necessário para a realização dos movimentos às idosas que apresentavam algum grau de dificuldade na mobilidade, visando desta forma estimular a atividade física, com duração de 15 minutos. Após, um grande círculo foi formado a fim de que todas as participantes pudessem focalizar as acadêmicas enquanto os assuntos eram abordados. O primeiro assunto foi explanado de forma breve, com duração de 30 minutos, atentando para os principais cuidados com a saúde e higiene no inverno, salientando a lavagem das mãos, incentivando a ingestão de água, chás naturais, frutas e verduras, além de cuidados com os agasalhos apropriados para a estação. Em segundo momento, utilizou-se um urso de pelúcia para que

cada participante pudesse tocá-lo e como forma de simbolismo, evidenciasse em apenas uma palavra qual era o estado de humor naquele momento, por exemplo, alegre, triste, doente, etc. Após todas receberem o dom da palavra através do urso, as acadêmicas de Enfermagem iniciaram a abordagem da depressão nos idosos, salientando o conceito, causas, sinais e sintomas e formas de tratamento. Ao finalizar a atividade, as principais dúvidas foram sanadas e algumas participantes do grupo quiseram realizar um breve relato de como é conviver com a depressão, com duração de 1 hora. Ao término, totalizando 1 hora e 45 minutos de atividades, as participantes do grupo de mães elaboraram uma mesa de confraternização, com chás e bolos preparados por elas, como forma de agradecimento aos ensinamentos que foram compartilhados.

3 DISCUSSÃO E RESULTADOS

3.1 Determinantes de saúde

O vínculo entre a estrutura socioeconômica e o estado de saúde tem colaborado para o fortalecimento do eixo sociopolítico e cultural, vindo a impactar diretamente no adoecimento dos indivíduos e as desigualdades na saúde (GEIB, 2012). A exclusão social do idoso, devido à carências e déficits na seguridade social, estabelece um importante determinante social de saúde, que interligado com a baixa renda, insegurança alimentar e farmacológica, precariedade nas moradias, entre outros fatores, pode impactar de forma negativa a saúde do idoso brasileiro e desencadear fatores de morbidade e mortalidade prematura (MARMOT; WILKINSON, 2003).

Mesmo após receber o benefício da aposentadoria, para muitos idosos a necessidade de manter-se inseridos no mercado de trabalho pode estar relacionada à escassez dos recursos financeiros para arcar com as despesas diárias. Desta forma agravando o quadro de descaso com a saúde, principalmente quando associadas à ambientes e jornadas exaustivas de trabalho, a maior parte dos recursos financeiros são destinados à aquisição de fármacos (GEIB, 2012).

O acesso e a qualidade da alimentação também estão relacionados aos fatores socioeconômicos, culturais e comportamentais. Segundo estudo dos autores Campos, Pedroso, Lamounieret al. (2006) existe uma prevalência de 32,3% de sobrepeso e 11,6% de obesidade na população idosa brasileira, sendo que para as mulheres, a chance de obesidade foi 4,11%. Como fator de correlação, os idosos portadores de doenças crônicas, apresentaram maior risco para disfunções nutricionais, tendo em vista que no Brasil, a obesidade é o principal problema nutricional da população idosa, ao contrário da desnutrição. O aumento no consumo de alimentos mais saudáveis como vegetais, legumes, grãos e frutas condizem com uma ação favorável que dificulta o avanço de doenças cardiovasculares, alguns tipos de câncer e diabetes (GEIB, 2012).

O conjunto das relações comunitárias e sociais desenvolvidas em torno da confiança, cooperação e reciprocidade geram o capital social, este que por sua vez pode ser composto por parentes, amigos, vizinhos e inúmeros grupos de convivência. Quando o idoso fica debilitado tende a enfraquecer a interação social e contato o afetivo, desta forma, as doenças podem contribuir para o isolamento através da limitação de sua participação perante a comunidade. Os grupos de convivência, em sua maioria, é o principal meio disponível para os idosos a fim de atenuar as cargas da vida cotidiana e provenientes de uma enfermidade (GEIB, 2012). Nota-se que, um número maior de mulheres idosas participam dos grupos de convivência, quando comparado aos homens, experimentando assim novas descobertas e pontos de vista que permeiam o fluxo dos sentimentos de satisfação, autonomia e plenitude (VALENTE; CORTEZ; NASCIMENTO, 2011).

3.2 Educação em saúde e o papel da Enfermagem

O principal objetivo da atenção à saúde do idoso é prolongar o estado de qualidade e proporcionar uma vida ativa estabelecendo uma relação de autonomia com o meio físico, psíquico e social (SANTOS; BARLEM; SILVA et al., 2008). Segundo Kalache (2008), ao passo que as tendências demográficas avançam, há um também aumento na prevalência de doenças crônicas, o que torna imprescindível abordar a temática da prevenção.

Conforme ressalta Mallmann, Neto, Sousa et al., (2015) as intervenções em saúde podem ser abordadas de inúmeras maneiras, dentre as que recebem maior ênfase estão as atividades em grupo, que além de promover a interação social melhoram a qualidade de vida.

A comunicação é algo indispensável dentro das estratégias de educação em saúde, onde o enfermeiro deve ter uma visão holística do indivíduo, focando em todo o contexto no qual seu paciente está inserido (ACIOLI; DAVIR; FARIA, 2012). O feedback fomenta o receptor, principalmente quando for de forma positiva, servindo de estratégia entrelaçada nas ações de educação em saúde, proporcionado ao idoso informações sobre o seu estado de saúde e estimulando assim, mudanças positivas no seu estilo de vida (LIZ; PANARIELLO; VIANA et al., 2012).

Em seu estudo Campos, Santos, Moura et al. (2012) demonstraram que a estratégia de escuta e acolhimento proporciona momentos de liberdade de expressão, estabelece relações interpessoais e contribui com a participação ativa dos idosos. As transfigurações no comportamento e atitudes dos idosos advêm de ações educativas que respeitam as crenças e valores, permitindo assim partilhar saberes, propiciando o ensino, aprendizagem e troca de novos conhecimentos em torno do processo de envelhecimento. Corroborando com os achados citados anteriormente, estudos internacionais apontam que os idosos que participam de algum trabalho voluntário e convivência entre grupos, encontram maior satisfação e idealizações positivas em relação à vida, e conseqüentemente menos sintomas depressivos, do que quando comparado aos que não o realizam (SOUZA; LAUTERT, 2008).

Desta forma o enfermeiro mantém grande influência na promoção da saúde do idoso, pensando e executando programas preventivos relacionados às principais doenças que acometem os idosos, contribuindo assim para a qualidade de vida e excelência na assistência de saúde da rede primária.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de envelhecimento traz consigo algumas questões que tendem a influenciar diretamente na interação social do idoso, devido às limitações impostas pela fragilidade da saúde e autoestima. Sabe-se que, dentro das principais doenças que acometem o idoso estão as doenças crônicas, cardiovasculares, obesidade e transtornos psiquiátricos, sendo prevalente os

quadros de depressão oriundos do contexto econômico e psicossocial no qual estes estão inseridos.

Com base nos resultados explanados, pode-se salientar a importância do reconhecimento das necessidades básicas do idoso e das ações voltadas à educação em saúde como método de promoção e qualidade de vida. As atividades ocupacionais sejam elas, laborais ou de lazer, como grupos de convivência e trabalho voluntariado mostram-se eficazes na promoção e na melhoria da qualidade de vida do idoso, proporcionando momentos de descontração e acolhimento social.

Neste sentido, o enfermeiro da rede de atenção primária possui grande capacidade em intervir na saúde de seus pacientes uma vez que está à frente de muitos procedimentos de saúde e atua de forma ativa.

Através da intervenção proposta ao Clube de Mães Santa Rita de Cássia foi possível constatar a suma relevância da educação em saúde, tanto para a população trabalhada quanto para nós futuros enfermeiros, comprovando a importância da aproximação em que os campos de atuação/prática disciplinar, que o Centro Universitário nos proporciona, a fim que os acadêmicos adquiram experiências por intermédio de palestras e intervenções de dinâmica, podendo compreender a complexidade que exigem as relações interpessoais diárias.

Essa experiência nos instiga também a refletir em diferentes soluções efetivas no que concerne às limitações existentes, aduzindo que como futuros profissionais da saúde devemos ser instigados a melhorar a nossa ação humana constantemente, pois ao adentrarmos no futuro campo de atuação, a formação e capacitação é contínua.

5REFERÊNCIAS

ACIOLI, S.; DAVID, H.M.S.L.; FARIA, M.G.A. Educação em saúde e a enfermagem em saúde coletiva: reflexões sobre a prática. **Revenferm UERJ** v. 20, n. 4, p. 533-536, 2012.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Estatuto do Idoso. 2ª Ed. rev. Brasília: MS; 2009.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Vigilância em Saúde. Política nacional de promoção da saúde. Brasília: MS; 2006.

- CAMPOS, C.N.A. et al. Reinventando Práticas De Enfermagem Na Educação Em Saúde: Teatro Com Idosos. **EscAnna Nery Rev Enferm.**v.16 n.3, p. 588-596, 2012.
- CAMPOS, M.A.G. et al. Estado Nutricional e Fatores Associados em Idosos.**RevAssocMed Bras.** v. 52, n. 4, p. 214-221, 2006.Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v52n4/a19v52n4.pdf>. Acesso em: 14 Jun 2017.
- GEIB, L.T.C. Determinantes sociais da saúde do idoso. **Ciênc. saúde coletiva.** Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 123-133, 2012. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n1/a15v17n1.pdf>. Acesso em: 14 Jun 2017.
- GIRONDI, J.B.R.; SANTOS, S.M.A. Deficiência física em idosos e acessibilidade na atenção básica em saúde: revisão integrativa da literatura. **Rev Gaúcha Enferm.**v. 32, n. 2, p. 378-384, 2011.
- KALACHE, A. O mundo envelhece: é imperativo criar um pacto de solidariedade social. **Ciências e Saúde Coletiva** [serial onthe Internet]. 2008 [cited 2009 Jul 11]; 13(4):1107-1111. Disponível em:<http://www.redalyc.org/pdf/630/63013405.pdf>Acesso em: 14 Jun 2017.
- LIZ, C.M. Et al. O papel do feedback na motivação de praticantes de exercício resistido. **RevBrasAtivFis Saúde** v. 17, n. 4, p. 275-278, 2012.Disponível em:<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/viewFile/1878/1718>Acesso em: 14 Jun 2017.
- MALLMANN, D.G. et al.Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2015 . Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n6/1413-8123-csc-20-06-1763.pdf>. Acessoem: 14 Jun 2017.
- MARMOT, M.; WILKINSON, R.G. **Social determinants of health: the solid facts**. 2nd edition. Copenhagen: Word Health Organization (WHO), 2003.
- RUMOR, P.C.F. et al.A promoção da saúde nas práticas educativas da saúde da família. **CogitareEnferm.** n. 15, v. 4, p. 674-680, 2010.Disponível em:<http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n6/1413-8123-csc-20-06-1763.pdf> Acesso em: 14 Jun 2017.
- SANTOS, S. S. C. et al . Promoção da saúde da pessoa idosa: compromisso da enfermagem gerontogeriatrica. **Acta paul. enferm.**, São Paulo , v. 21, n. 4, p. 649-653, 2008 .Disponível em:<http://www.scielo.br/pdf/ape/v21n4/a18v21n4.pdf>Acesso em: 14 Jun 2017.
- SOUZA, L.B. et al. Práticas de educação em saúde no Brasil: a atuação da enfermagem. **RevEnferm UERJ.** v. 18, n. 1, p. 55-60, 2010.Disponível em:<http://www.facenf.uerj.br/v18n1/v18n1a10.pdf>Acesso em: 14 Jun 2017.
- SOUZA, L.M.; LAUTERT, L. Trabalho voluntário: uma alternativa para a promoção da saúde de idosos. **Rev Esc Enferm USP.** [serial on the Internet] 2008 [cited 2009 Jul 13];42(2)
- VALENTE, G.C.; CORTEZ, E.A.; NASCIMENTO, I.R. Health educationas a contribution of nurse to optimize the work performance of elderly.**Revista de Pesquisa: Cuidado é**

Fundamental Online, [S.l.], v. 3, n. 1, jan. 2011. ISSN 2175-5361. Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php>>. Acesso em: 12 Jun 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). World health statistics 2013. Disponível em: <<http://www.who.int/gho/publications/worldhealthstatistics/2013/en/>>. Acesso em: 22 jun. 2017.