

DISCUTINDO SAÚDE DO IDOSO EM AÇÕES EDUCATIVAS NA EXTENSÃO CURRICULAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

¹Cesar Henrique Cabral Santos; ²Karoline Neves de Oliveira Cabral; ³Manuela Hercília Monteiro Salustiano da Silva; ⁴Thaynna Naeide Costa Fernandes de Lima; ⁵Janaína Gonçalves da Silva Melo

¹Graduando em Farmácia pela Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS; ²Graduando em Farmácia pela Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS; ³Graduando em Farmácia pela Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS; ⁴Graduando em Farmácia pela Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS; ⁵Docente em Farmácia da Faculdade Pernambucana de Saúde - FPS;

Área temática: Tecnologias e Inovações em Educação e Formação em Saúde

Modalidade: Comunicação Oral On-line

E-mail dos autores: cesarcabral199@gmail.com¹; neveskarol20@gmail.com²; hercilia2726@gmail.com³; thaynnaeide13@gmail.com⁴; janaina.melo@fps.edu.br⁵

RESUMO

INTRODUÇÃO: O envelhecimento populacional é um fenômeno global, e no Brasil, está ligado a mudanças demográficas e sociais. A transição demográfica no Brasil é marcada pela redução da taxa de natalidade e aumento da expectativa de vida, com dados do IBGE mostrando um aumento na expectativa de vida de 70,2 anos para homens e 77,6 anos para mulheres em 2010 para 72,0 e 79,0 em 2022. O aumento da expectativa de vida é atribuído a avanços médicos, melhorias na saúde pública, estilos de vida saudáveis e avanços tecnológicos. Em Pernambuco, o número de idosos com 65 anos ou mais cresceu para 924 mil em 2022, representando 10,2% da população. Desafios incluem cuidados de longo prazo, sustentabilidade dos sistemas de seguridade social, desigualdades socioeconômicas e isolamento social. O curso de farmácia na Faculdade Pernambucana de Saúde, com uma carga horária de 4.400 horas, dedica 10% à extensão curricular, abrangendo saúde do homem, mulher, idoso, criança e adolescente. **OBJETIVO:** Relatar as ações desenvolvidas durante o estágio curricular de farmácia no Centro Comunitário da Paz Paulo Freire (COMPAZ) localizado no bairro do Ibura, Recife-PE, focadas na saúde do idoso. As atividades envolveram rodas de conversa e oficinas práticas com temas como polifarmácia, envelhecimento saudável e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) visando promover a autonomia, a informação sobre prevenção e o cuidado do múltiplo uso de medicamentos. Este trabalho também objetiva destacar a importância da extensão curricular na formação dos estudantes de farmácia, proporcionando experiência prática em atenção primária à saúde. **MÉTODO:** O trabalho é um relato de experiência dos estudantes do nono período da Faculdade Pernambucana de Saúde, realizado entre fevereiro e junho de 2024, no Centro Comunitário da Paz Paulo Freire (COMPAZ), no bairro do Ibura, Recife-PE. A ação focou na saúde do idoso, discutindo polifarmácia e envelhecimento saudável, destacando pilares como alimentação equilibrada, atividades sociais e cuidados médicos. Foram realizadas discussões sobre doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), prevenção e cuidados com a polifarmácia. Além disso, foi feita uma oficina de aromatizadores de ambientes para estimular autonomia e proporcionar um momento dinâmico e descontraído. **RESULTADOS:** As atividades educativas abordaram hipertensão, diabetes, dislipidemias, doenças cardiovasculares e neurodegenerativas. O primeiro encontro discutiu “Envelhecimento Saudável e doenças crônicas”, e incluiu a manipulação de

aromatizadores. O feedback dos idosos foi positivo, destacando a importância das atividades. Outra ação focou na polifarmácia, abordando definições, riscos e prevenções relacionados ao uso de múltiplos medicamentos. Orientações incluíram manter uma lista atualizada de medicamentos, informar profissionais sobre efeitos adversos e prevenir quedas. Os idosos relataram maior compreensão sobre os cuidados com medicamentos e a importância dos exames periódicos. **CONCLUSÃO:** Os idosos necessitam de acolhimento na saúde devido à predisposição a fatores patológicos. Práticas integrativas de extensão proporcionam cuidado e informação, promovendo saúde, prevenindo doenças e fortalecendo a interação social e reflexiva sobre o autocuidado. As ações resultaram em efeitos positivos, incentivando um envelhecimento ativo e saudável.

Palavras-chave: Saúde do Idoso, Extensão Curricular, Educação em saúde.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno global que tem se observado em diversos países, apresentando desafios e oportunidades para a sociedade. Nos países desenvolvidos, esse processo se deu lentamente, em uma situação de evolução econômica, de crescimento do nível de bem-estar e redução das desigualdades sociais (MOREIRA, 1998). No Brasil, esse processo tem se tornado mais visível devido a uma série de mudanças demográficas e sociais. Como muitos outros países em desenvolvimento, o Brasil, está passando por uma transição demográfica caracterizada pela queda na taxa da natalidade e pelo aumento da expectativa de vida, resultando em um crescimento significativo da população idosa (ISTOE, MANHAES e SOUZA, 2018). Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística- IBGE, a expectativa de vida ao nascer em 2010 para homens era 70,2 anos e mulheres era 77,6 anos, foi realizada uma nova pesquisa em 2022, na qual a expectativa de vida para homens e mulheres era de 72,0 e 79,0, respectivamente (IBGE, 2023). Esse aumento da expectativa de vida se dá por avanços na medicina, como desenvolvimentos de vacinas, tratamentos e acompanhamentos de doenças crônicas; melhorias na condição de saúde pública, como água potável, saneamento básico e medidas de controle de doenças transmissíveis; estilo de vida saudável com a prática de exercícios físicos, abandono ao tabagismo, alimentação balanceada, moderação no consumo de álcool; e avanços tecnológicos como equipamentos de diagnóstico avançado, tratamentos não invasivos, terapias de reabilitação (SILVA E DAL PRÁ, 2014).

No ano de 2022 o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística- IBGE compartilhou que na última década, o número de idosos com 65 anos ou mais em Pernambuco cresceu e alcançou 924 mil pessoas, representando 10,2% da população pernambucana, que é composta por 9.058.931 pessoas (IBGE, 2023). Esse aumento é uma conquista significativa na sociedade moderna, mas que traz também grandes desafios que precisam ser observados e enfrentados, dentre esses desafios podem se destacar os cuidados de longo prazo, devido às doenças crônicas; a sustentabilidade dos sistemas de seguridade social, devido a crescente proporção de idosos na população; desigualdades socioeconômicas; isolamento social e solidão são grandes preocupações, pois a necessidade de promover redes de apoio e interação social para os idosos (ABIGAIL, 2019).

O curso de farmácia na Faculdade Pernambucana de Saúde tem uma carga horária de 4.400 horas em sua matriz curricular e 10% deste total é contemplado pela extensão curricular nos módulos

Práticas Integradas de Extensão I, II, III, IV e V, distribuídas em seus períodos ímpares. A extensão curricular para o 9º período totaliza 200 horas, trabalhando atenção primária nos ciclos da vida como saúde do homem, saúde da mulher, saúde do idoso e saúde da criança e do adolescente.

Sendo assim, tem como objetivo relatar a ação da saúde do idoso, realizada no Centro Comunitário da Paz Paulo Freire - COMPAZ, localizada no bairro do Ibura-PE, onde foram convidados idosos para participar dessa roda de conversa com os alunos da extensão curricular da Faculdade Pernambucana de Saúde-FPS.

2 MÉTODO

Este trabalho consiste em um relato de experiência vivenciados pelos estudantes do nono período da Faculdade Pernambucana de Saúde, localizado em Recife-PE, que ocorreu durante os meses de fevereiro a junho de 2024, na extensão curricularizada, com a carga horária de 200 horas, acerca do desenvolvimento de atividades realizadas nas ações de práticas integrativas de extensão, tendo como público-alvo idosos que frequentavam o Centro Comunitário da Paz Paulo Freire (COMPAZ), centro que apresenta como objetivo inclusão social e fortalecimento comunitário, localizado no bairro do Ibura na cidade de Recife-PE.

A nossa ação trouxe uma discussão sobre a saúde do idoso: polifarmácia e envelhecimento saudável, falando de diversos pilares importantes nessa faixa etária, que quando estão em estabilidade, proporcionam uma boa qualidade de vida como: alimentação equilibrada, atividades sociais, frequência de atendimentos e exames médicos, dentre outros. As atividades propostas possuíam o objetivo de levar informação sobre prevenção e a importância do cuidado com a polifarmácia, a partir disso, seguir as orientações médicas, atentar-se a interações medicamentosas e possíveis efeitos colaterais. E em outra ação foi debatido com os idosos acerca das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) que são mais prevalentes e a importância de tirar dúvidas com os profissionais de saúde sobre a doença e o tratamento, mostrando a eles que é possível conviver com as DCNT e possuir uma boa qualidade de vida. Foi construído um material educativo em formato de slide com comunicação clara e objetiva contendo informações sobre os pontos a serem discutidos. Além disso, com objetivo de proporcionar autonomia, estimular independência e ofertar um momento dinâmico e descontraído, foi utilizado a prática integrativa complementar, realizamos uma oficina prática de manipulação de um aromatizador de ambientes. Os materiais utilizados foram: uma mini placa de gesso, um aromatizante com propriedades calmantes com finalidade de melhorar ansiedade e insônia. A ação foi dividida em 3 momentos, primeiramente os idosos foram reunidos na sala para realização de brincadeiras e conversa para entrosamento do grupo. Posteriormente foi realizada a apresentação do material e um momento para esclarecimento de dúvidas. Por último foi ensinado a montagem do difusor e os idosos puderam produzir de forma autônoma com supervisão dos estudantes os seus produtos.

FORAM DUAS AÇÕES

3 RESULTADOS

As atividades educativas abordaram temas como hipertensão, diabetes, dislipidemias, doenças cardiovasculares e neurodegenerativas, e através disso foi possível abordar não apenas a prevenção das doenças e dúvidas sobre medicamentos, como o esclarecimento das principais dúvidas que

surgiram durante a apresentação e conversa. Os tópicos apresentados incluíam: definição, riscos, prevenção e cuidados.

O primeiro encontro foi realizado uma apresentação com o tema “Envelhecimento Saudável e doenças crônicas” e foi abordado temas como a importância de um envelhecimento e hábitos saudáveis, além de discutir sobre as principais doenças prevalentes em idosos abrindo espaço para esclarecer e tirar dúvidas sobre o tema.

Para fechar o primeiro encontro, os idosos manipularam o aromatizador e também receberam como presente da ação um difusor em gesso para utilizarem em ambientes. A ação não só serviu como um meio de promover a saúde mental, mas também como uma forma de fortalecer o senso de comunidade e autonomia entre os participantes. O feedback dos idosos foi positivo, destacando a importância de atividades educativas e interativas na promoção do envelhecimento saudável.

Ainda, outra ação foi realizada com o tema “polifarmácia” onde foi abordado as definições, riscos do uso de múltiplos medicamentos de forma concomitante e problemas relacionados a medicamentos associados a eles, como interações medicamentosas e com alimentos, dificuldade de adesão, reações adversas, toxicidade e erros de medicação.

Quanto às orientações foi discutido como prevenir alguns desses problemas como ter uma lista atualizada dos medicamentos utilizados e levar em todas as consultas com diferentes especialidades, entender porque utiliza os medicamentos e os efeitos esperados, informar possíveis efeitos adversos aos profissionais de saúde e parar de tomar o medicamento sem recomendação.

Além disso, foi abordado sobre as principais interações entre medicamentos e alimentos, risco e prevenção de quedas através de orientações para a rotina e o ambiente. Também foi falado sobre a demência em idosos: definição, o que são esquecimentos do cotidiano, como saber quando buscar ajuda e por fim meios de prevenir.

Após a apresentação foi aberto um espaço para dúvidas. Os idosos relataram uma maior compreensão sobre a importância de estar atento ao utilizar muitos medicamentos e o impacto que isso pode trazer para o tratamento. Também demonstraram estarem mais atentos acerca dos cuidados que devem ter quanto a exames periódicos e vigia de sinais que indiquem alerta quanto às situações apresentadas.

4 DISCUSSÃO

Os resultados sugerem que atividades educativas possuem impactos positivos e significativos na vida dos idosos, aumentando o conhecimento sobre prevenção de doenças, melhorando a adesão ao medicamento, promovendo qualidade de vida e incentivando a autonomia. Essas atividades podem ser consideradas estratégias para promoção do envelhecimento saudável e educação em saúde, uma vez que a população idosa vem crescendo e vê-se necessário a realização de políticas de saúde e cuidados em saúde específicos para eles.

O aumento no conhecimento sobre o uso correto de medicamentos e medidas preventivas de doenças é particularmente relevante, pois contribui diretamente para a redução de riscos de complicações de saúde. Este resultado destaca a importância de ações contínuas de educação em saúde, adaptadas às necessidades específicas da população idosa. A utilização de materiais educativos claros e a prática integrativa complementar, como o uso da aromaterapia através do aromatizador de ambientes, proporcionam momentos de aprendizado lúdico e significativo, fomentando a autonomia e independência dos idosos. Além disso, a maior participação em atividades comunitárias e sociais

reflete o fortalecimento dos laços sociais e o combate ao isolamento, fatores essenciais para um envelhecimento saudável.

A percepção positiva dos idosos sobre seu processo de envelhecimento e a satisfação com sua saúde sugerem que iniciativas semelhantes podem ter um impacto duradouro e benéfico na vida dessa população. Portanto é recomendável que centros comunitários e instituições de saúde adotem e ampliem programas que integrem educação em saúde e práticas interativas, promovendo um envelhecimento mais ativo, saudável e com maior qualidade de vida para os idosos.

5 CONCLUSÃO

Os idosos são uma população dependente de acolhimento no âmbito da saúde pois possuem maior disposição a fatores patológicos. Entende-se nesse sentido o benefício das práticas integrativas de extensão, que proporciona cuidado e informação através de ações educativas e dinâmicas sobre a saúde dos idosos. As ações colaboraram para promover saúde e prevenir doenças, e também, fortaleceu a interação social e reflexiva sobre o autocuidado. Constatou-se que através desta ação obtiveram efeitos positivos capazes de incentivar e contribuir para um envelhecimento ativo e saudável.

6 REFERÊNCIAS

ABIGALIL, A. Desafios do envelhecimento ativo face à restrição e ao desfinanciamento da Seguridade Social no Brasil . Brasília: [sn].

GIATTI, L.;BARRETO, S. M. Saúde, trabalho e envelhecimento no Brasil. Cadernos de saúde publica, v. 19, n. 3, p. 759–771, 2003.

IBGE . Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>>. Acesso em: 20 jun. 2024.

Em 2022, expectativa de vida era de 75,5 anos. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/38455-em-2022-expectativa-de-vida-era-de-75-5-anos>>. Acesso em: 20 jun. 2024.

MOREIRA, M. M. O envelhecimento da população brasileira em nível regional; 1940-2050. Anais; Caxambu: Associação Brasileira de Estudos Populacionais, 1940.

SILVA, A.; DAL PRÁ, K. R. Envelhecimento populacional no Brasil: elementos para pensar o lugar das famílias na proteção dos idosos. Argumentum, v. 6, n. 1, p. 99–115, 2014.

