



O IMPACTO DA ATUAÇÃO DE ALUNOS DE MEDICINA NO LETRAMENTO EM SAÚDE DE IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

VICTORIA LEBEDENCO BARBOSA; KENDRA CAUANA ESTEVES DA SILVA;
JOYCE MARIA BENDER; DANIELLE SORAYA DA SILVA FIGUEIREDO; GUSTAVO
BIANCHINI PORFÍRIO

RESUMO

O letramento em saúde de idosos desempenha um papel crucial na promoção da saúde e do bem-estar, demonstrando benefícios significativos para a saúde física, mental e cognitiva, incluindo a redução do risco de doenças crônicas e uma melhor qualidade de vida. Estudos ressaltam a importância de tal interação na formação de médicos mais humanizados e conscientes das necessidades específicas dos idosos. Este relato descreve o Estágio "Viver Bem - Idosos Robustos", realizado por estudantes de medicina, com o objetivo de promover o letramento em saúde entre essa população por meio de palestras educativas e interações individuais. Durante o estágio, os acadêmicos ministraram palestras sobre temas relevantes, como doenças neurodegenerativas, osteoporose, câncer, saúde mental e qualidade do sono, buscando informar e promover estratégias para um envelhecimento saudável. Os resultados evidenciaram um impacto positivo na conscientização e nos comportamentos de saúde dos idosos, com mudanças positivas nos hábitos de vida e maior adesão aos cuidados preventivos. Os estudantes relataram uma transformação pessoal e profissional, manifestando interesse em especialidades médicas voltadas para o cuidado dos idosos. Essa abordagem intergeracional no estágio ressalta a importância da interação social na formação médica e na promoção da saúde da população idosa, contribuindo para o desenvolvimento de profissionais comprometidos com o bem-estar integral dos pacientes idosos.

Palavras chave: Letramento em saúde; idosos; promoção de saúde; projeto integrativa; geriatria

1 INTRODUÇÃO

A interação social entre os idosos desempenha um papel crucial na promoção da saúde e do bem-estar (Holt-Lunstad et al., 2015). Essa interação contribui para a redução do isolamento social e da solidão, fatores que estão associados a uma série de problemas de saúde física e mental (Cacioppo & Cacioppo, 2018). Quando os idosos se envolvem em atividades sociais com seus pares, como participar de grupos de apoio, clubes de interesses comuns ou programas de voluntariado, eles experimentam benefícios significativos, incluindo uma melhora na saúde cognitiva, emocional e física (Cornwell & Waite, 2009). Além disso, a interação social pode fornecer um sistema de suporte emocional, ajudando os idosos a lidar melhor com o estresse e as adversidades da vida (Thoits, 2011).

Estudos científicos têm demonstrado consistentemente os benefícios da interação social para os idosos. Por exemplo, pesquisas mostraram que idosos que mantêm conexões sociais têm um risco reduzido de desenvolver doenças crônicas, como doenças cardíacas, diabetes e demência (Shankar et al., 2011). Além disso, a interação social está associada a

uma maior longevidade e qualidade de vida em idades avançadas (Steptoe et al., 2013).

Desse modo, evidencia-se a importância de promover oportunidades para que os idosos interajam uns com os outros e participem de atividades sociais que possam enriquecer suas vidas e fortalecer suas redes de suporte.

Já a interação entre alunos de medicina e a população idosa desempenha um papel fundamental no desenvolvimento de médicos mais humanizados e na expansão do conhecimento médico. Quando os alunos têm a oportunidade de interagir com os idosos, seja através de atividades práticas clínicas ou palestras educativas, eles aprendem a importância da empatia, compaixão e comunicação eficaz na prestação de cuidados de saúde (Hojat et al., 2009). Essas interações não apenas ajudam os alunos a entender as necessidades e preocupações específicas dos idosos, mas também os sensibilizam para as complexidades do envelhecimento e das doenças crônicas associadas (Teal et al., 2012).

Ademais, ao participar de palestras e atividades educativas direcionadas à população idosa, os alunos têm a oportunidade de aprimorar seu conhecimento sobre questões médicas relevantes para essa faixa etária, como doenças crônicas, geriatria e gerontologia (Graham et al., 2018). Essas experiências práticas complementam sua formação acadêmica e os capacitam a fornecer cuidados mais eficazes e personalizados aos idosos no futuro.

A literatura tem evidenciado que a interação entre alunos de medicina e idosos pode resultar em uma maior conscientização sobre questões de saúde específicas dessa população e uma maior inclinação para buscar especializações em geriatria e cuidados paliativos (Reuben et al., 2013). Além disso, os alunos relatam uma maior satisfação pessoal e profissional ao lidar com idosos, destacando o valor dessa interação para o desenvolvimento pessoal e profissional dos futuros médicos.

Promover e incentivar a interação entre alunos de medicina e a população idosa é, assim, essencial para formar médicos mais compassivos, competentes e preparados para atender às necessidades de uma sociedade cada vez mais envelhecida.

Este relato descreve o Estágio "Viver Bem - Idosos Robustos", conduzido por estudantes de medicina com o propósito de abordar questões específicas de saúde enfrentadas pela população idosa, visando promover o letramento em saúde e uma melhor compreensão dos cuidados preventivos e de manejo de condições crônicas nesse grupo demográfico. O estágio teve como objetivos primários fornecer informações educativas por meio de palestras que abordassem temas relevantes, como doenças neurodegenerativas, osteoporose, câncer, saúde mental e qualidade do sono, visando capacitar os idosos a tomar decisões informadas sobre sua saúde e estilo de vida. Além disso, o estágio buscou facilitar interações individuais significativas entre os estudantes e os idosos, promovendo não apenas a transmissão de conhecimentos, mas também o desenvolvimento de habilidades de comunicação empática e respeito pela autonomia do paciente. A iniciativa foi concebida não apenas como uma oportunidade de aprendizado prático para os estudantes de medicina, mas também como uma estratégia para fortalecer os laços intergeracionais e melhorar a qualidade de vida dos idosos, contribuindo para uma abordagem mais holística e centrada no paciente no campo da medicina. O estágio, portanto, procurou não apenas transmitir informações médicas, mas também inspirar uma nova geração de profissionais de saúde comprometidos com o bem-estar integral e a dignidade dos idosos em nossa sociedade.

2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

As atividades do Estágio Viver Bem, não se limitaram apenas ao letramento em saúde de idosos, embora essa fosse sua principal finalidade. Na verdade, o estágio se transformou em um espaço de humanização da medicina, onde tivemos a oportunidade de cultivar relações interpessoais significativas e adquirimos aprendizados valiosos. Além de abordar uma ampla gama de tópicos cruciais para a saúde dos idosos no formato de palestras ministradas pelos

próprios acadêmicos, o estágio proporcionou uma abordagem holística da promoção à saúde do idoso.

A seleção dos temas abordados nas palestras foi cuidadosamente pensada para atender às necessidades específicas da população idosa no que diz respeito à promoção de saúde e bem-estar de maneira abrangente. Cada tema foi escolhido com base em sua relevância para essa população em particular e sua capacidade de impactar positivamente sua qualidade de vida, e buscava abordar aspectos gerais relacionados à determinada patologia, fatores de risco, prevenção, sinais de alerta, diagnóstico e tratamento.

Doenças neurodegenerativas, como Alzheimer e Parkinson, foram incluídas devido à sua prevalência entre os idosos e ao impacto significativo na funcionalidade cognitiva e física. A osteoporose também foi abordada, devido ao risco aumentado de fraturas e quedas nesta faixa etária. Informações sobre medidas de prevenção foram compartilhadas, incluindo orientações dietéticas e exercícios específicos.

Os cânceres mais prevalentes entre os idosos, como câncer de pele e próstata, foram temas de destaque devido à importância da detecção precoce e tratamento oportuno. Buscamos educar os idosos sobre os fatores de risco e sinais de alerta, incentivando a busca por triagem regular. Além disso, abordamos questões de saúde mental, como depressão e ansiedade, buscando reduzir o estigma e incentivar a busca por ajuda quando necessário. Por fim, discutimos também a qualidade do sono e estratégias para melhorá-la, reconhecendo sua importância para o bem-estar geral.

As palestras foram elaboradas com o intuito de oferecer informações cruciais aos idosos, enfatizando estratégias preventivas para promover um envelhecimento mais saudável e uma melhor qualidade de vida. Para tornar o processo de aprendizado mais dinâmico e participativo, as palestras foram complementadas por atividades interativas. Essas dinâmicas não apenas aprofundaram a compreensão dos temas abordados, mas também fortaleceram os laços entre os idosos e os acadêmicos, criando um ambiente acolhedor e inclusivo.

Durante encontros mais privados, cada acadêmico estabelecia uma conexão individualizada com um idoso, possibilitando uma troca rica entre ambas as partes. Nesse contexto, o projeto foi capaz de criar um ambiente acolhedor e personalizado para os participantes, fornecendo uma rede de apoio e orientando sobre maneiras de lidar com diversas condições, levando sempre em consideração o contexto individual de cada idoso, incluindo a presença ou não de uma rede de apoio externa.

Além disso, os acadêmicos também desempenharam um papel crucial na coleta de dados, utilizando questionários compatíveis com os temas discutidos nas palestras do estágio. Essa abordagem visava rastrear e prevenir as condições de saúde mencionadas anteriormente, contribuindo significativamente para uma abordagem proativa e completa no cuidado com os idosos.

Adicionalmente, o projeto contou com a valiosa colaboração do curso de fisioterapia, que enriqueceu ainda mais as atividades realizando uma série de testes, como exames de marcha e avaliações fisioterapêuticas respiratórias, e oferecendo atividades práticas para melhorar o dia a dia dos idosos.

3 DISCUSSÃO

Durante a participação no projeto de extensão "Vivem Bem - Idosos Robustos", os alunos de medicina do 6º período vivenciaram uma série de experiências significativas que enriqueceram tanto sua formação acadêmica quanto pessoal.

Primeiramente, os alunos tiveram a oportunidade de interagir diretamente com os idosos participantes do projeto. Essa interação ocorreu não só a partir de palestras educativas e dinâmicas em grupo, mas principalmente pelo contato direto de cada aluno com seu respectivo idoso. Durante as atividades, os alunos puderam estabelecer vínculos com os

participantes, compreendendo melhor suas necessidades e desafios diários.

Além disso, os alunos foram expostos a uma variedade de situações clínicas e sociais enfrentadas por diversos idosos participantes, como abandono familiar, dificuldade de locomoção, questões de saúde mental, dentre outros. Essa vivência contribuiu significativamente para compreensão das complexidades do envelhecimento ao aproximar os alunos de enfermidades frequentes na terceira idade, bem como das dificuldades enfrentadas pelos idosos no acesso aos serviços de saúde e na realização de atividades diárias.

Por meio das atividades educativas realizadas durante o projeto, os alunos também ampliaram seus conhecimentos sobre geriatria e saúde do idoso, de modo global. Eles adquiriram compreensão sobre as abordagens terapêuticas mais indicadas para essa população e compartilharam esses conhecimentos com os idosos, promovendo conscientização sobre diversos temas. Isso resultou em mudanças de hábitos de vida, maior compreensão das doenças crônicas e melhoria na adesão aos cuidados preventivos de saúde por parte dos idosos participantes.

A participação no projeto permitiu, ainda, o cultivo de habilidades como comunicação eficaz, escuta ativa do paciente, respeito e empatia ao evidenciar a importância dessas competências para o estabelecimento de uma relação médico-paciente baseada na confiança e na compreensão mútua. A capacidade de ouvir atentamente o paciente foi aprimorada, permitindo uma coleta mais detalhada de informações clínicas e demonstrando respeito pela perspectiva do paciente, contribuindo para o estabelecimento de relações sólidas. Além disso, enfatizou-se o respeito pela autonomia e dignidade do paciente como princípios éticos fundamentais na prática médica. A prática e o cultivo da empatia também foram destacados, sendo essenciais para fornecer cuidados centrados no paciente e promover melhores resultados de saúde. Essas habilidades adquiridas durante o projeto não apenas capacitaram os alunos a se tornarem profissionais mais competentes, mas também os transformaram em médicos mais humanos e compassivos, capazes de oferecer cuidados de qualidade ao longo de suas carreiras.

Ademais, alguns alunos relataram um aumento significativo em sua conscientização sobre as questões relacionadas ao envelhecimento e uma maior motivação para se envolverem em especialidades médicas voltadas para o cuidado de idosos. Muitos expressaram um desejo genuíno de continuar trabalhando com essa população no futuro e de contribuir para a melhoria de sua qualidade de vida.

Em resumo, a participação no projeto "Vivem Bem - Idosos Robustos" proporcionou aos alunos de medicina uma experiência enriquecedora e transformadora. Eles adquiriram conhecimentos práticos e habilidades clínicas essenciais para sua formação como futuros médicos e desenvolveram uma apreciação mais profunda pelas complexidades e desafios do envelhecimento. Essa experiência fortaleceu seu compromisso com uma prática médica humanizada, preparando-os para enfrentar os desafios de uma sociedade cada vez mais envelhecida.

4 CONCLUSÃO

A interação entre estudantes de Medicina e idosos revela-se como uma experiência valiosa, capaz de proporcionar uma compreensão mais ampla e integrada das complexas dimensões biopsicossociais que influenciam diretamente na qualidade de vida desses indivíduos. O Projeto Viver Bem emerge como uma alternativa de ensino-aprendizagem que não só estimula o desenvolvimento do pensamento crítico e reflexivo diante dos desafios do envelhecimento, mas também instiga os estudantes a buscarem abordagens mais humanizadas. Essa abordagem é fundamental para a formação de profissionais empáticos, conscientes das vulnerabilidades enfrentadas pela população idosa, e que se empenham em fornecer cuidados abrangentes e holísticos, abraçando todas as necessidades individuais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cacioppo, S.; Cacioppo, J. T. The growing problem of loneliness. *Lancet* (London, England), v. 391, n. 10119, p. 426, 2018.
- Cornwell, E. Y.; Waite, L. J. Social disconnectedness, perceived isolation, and health among older adults. *Journal of Health and Social Behavior*, v. 50, n. 1, p. 31–48, 2009.
- Holt-Lunstad, J. *et al.* Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on Psychological Science*, v. 10, n. 2, p. 227–237, 2015.
- Shankar, A.; McMunn, A.; Banks, J.; Steptoe, A. Loneliness, social isolation, and behavioral and biological health indicators in older adults. *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, v. 30, n. 4, p. 377–385, 2011.
- Steptoe, A.; Shankar, A.; Demakakos, P.; Wardle, J. Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, v. 110, n. 15, p. 5797–5801, 2013.
- Thoits, P. A. Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, v. 52, n. 2, p. 145–161, 2011.
- Graham, M. J. *et al.* Medical student teaching and mentoring in community settings: A pilot program in geriatric health. *Gerontology & Geriatrics Education*, v. 39, n. 1, p. 50–61, 2018.
- Hojat, M. *et al.* The devil is in the third year: A longitudinal study of erosion of empathy in medical school. *Academic Medicine: Journal of the Association of American Medical Colleges*, v. 84, n. 9, p. 1182–1191, 2009.
- Reuben, D. B. *et al.* Development and validation of a geriatrics attitudes scale for primary care residents. *Journal of the American Geriatrics Society*, v. 61, n. 8, p. 1429–1434, 2013.
- Teal, C. R.; Gill, A. C.; Green, A. R.; Crandall, S. Helping medical learners recognise and manage unconscious bias toward certain patient groups. *Medical Education*, v. 46, n. 1, p. 80–88, 2012.