



RESIDOSO: REDES SOCIAIS COMO EDUCAÇÃO INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DE SAÚDE DO IDOSO

ARTUR SOUZA DOS SANTOS; EDUARDO DE MOURA NETO; AMANDA SILVA MENDES;
CARLOS TADEU BIFFI; SURAYA GOMES NOVAIS SHIMANO

Introdução: Atualmente a população mundial está envelhecendo rapidamente e, em paralelo, ocorre o interesse pelo uso das novas tecnologias, como o “*Instagram*”. Em consequência disso, aumenta a inclusão digital dos idosos, preservação de saúde mental, motivação para aprender algo novo e, principalmente, rompe obstáculos impostos pela sociedade. **Objetivo:** Relatar a experiência de participar do desenvolvimento de um projeto de extensão com intuito de fornecer informações e orientações em saúde via *Instagram* para a população idosa. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência sobre um projeto de extensão realizado pelos residentes do 2º ano do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), em Uberaba-MG. O perfil no *Instagram* foi criado em março de 2021 em formato de conta profissional. O público alvo são idosos, bem como, pessoas interessadas na temática de saúde do idoso. **Resultados:** A vivência de participar desse projeto propiciou aos residentes multiprofissionais, aprofundarem mais seus conhecimentos acerca da saúde do idoso. O contínuo levantamento de dados na literatura sobre as particularidades do processo de envelhecimento foram o ponto chave para a permanência da constante atualização. Foram realizadas orientações em saúde através de posts, vídeos, *reels* e compartilhamento de notícias de outros perfis vinculados à saúde do idoso. Os conteúdos envolveram: incentivo à prática regular de atividade física, aspectos nutricionais, adoção de hábitos de vida saudáveis, exposição sobre doenças que afetam idosos e a importância da integração social. O perfil já conta com cerca de 600 seguidores, sendo em sua maioria pessoas idosas. Foram realizadas, até o momento, 128 publicações. A visão geral dos *insights* nos últimos 90 dias revelou um aumento de 52,3% em contas alcançadas e, também, apontou um aumento de 5,6% no engajamento. Verifica-se um feedback positivo pelos seguidores através de comentários e reações nas postagens. **Conclusão:** Pode-se concluir que, a experiência de participar desse projeto agrega muito para a formação profissional dos residentes envolvidos. Em síntese, nota-se que essa atividade extensionista funciona como uma estratégia para adquirir e aperfeiçoar conhecimentos, tanto por parte dos residentes, quanto por parte de quem recebe o conteúdo.

Palavras-chave: Idoso, Educação em saúde, Rede social.