

DOI: <https://doi.org/10.29184/anaisscfmc.v32024p7>

Promovendo educação em saúde com idosos: relato de experiência de um projeto de extensão universitário

Giulia Pillar, Isabela Henriques Pedrini, Maria Eduarda Sardinha Estrella, Samara Barboza Gomes Vicente, Maria Fernanda Fernandes Duarte Costa.

RESUMO

O processo de envelhecimento no Brasil é notório e espera-se que até 2060 o número de idosos no país alcance 34% da população. Com o envelhecimento populacional, ocorre aumento da prevalência de doenças crônicas degenerativas, com prejuízo funcional para os idosos. Nesse contexto, a educação em saúde é fundamental para capacitar os idosos a adotarem um estilo de vida saudável e práticas preventivas. Portanto, faz-se necessário compreender as demandas por parte dos idosos, de forma a educá-los durante o processo de senescência, para que tenham a oportunidade de um envelhecimento ativo e saudável. O Relato de experiência do Projeto de extensão “Promovendo educação em saúde com idosos” tem como objetivo descrever suas atividades, resultados e desafios. Visa compartilhar as vivências e percepções apreendidas durante o projeto, destacando os impactos percebidos na qualidade de vida e no conhecimento dos idosos participantes. Além disso, o relato pretende contribuir para o estímulo do ensino e pesquisa em Geriatria e Gerontologia na Faculdade de Medicina de Campos. O Projeto de extensão teve início em Junho de 2023 e término em Junho de 2024. A reunião inicial foi realizada entre as alunas extensionistas e a professora orientadora para apresentação do projeto. Os temas sugeridos para as palestras foram: Depressão e saúde mental nos idosos, Atividade física e prevenção de quedas e Imunização nos idosos. Para as apresentações, foram utilizados Datashow e a linguagem empregada foi compatível com público idoso. Para cada tema de interesse para as palestras, a professora orientadora apresentava a base teórica para as alunas extensionistas, de acordo com literatura atual em Geriatria e Gerontologia. Após, as alunas extensionistas desenvolviam os slides que seriam apresentados aos idosos e nova reunião era realizada para retirada de dúvidas e ensaio da apresentação aos idosos. Por fim, as alunas extensionistas, divididas em duplas, apresentaram os temas em reuniões do grupo de idosos do Centro de Saúde Escola de Custodópolis (CSEC) da Faculdade de Medicina de Campos (FMC). O Projeto mostrou-se uma importante ferramenta para a disseminação de informações referentes à saúde do idoso, tendo em vista que foram apresentados diferentes temas de extrema relevância para a promoção de saúde e qualidade de vida do público direcionado. As apresentações permitiram que os idosos desmistificassem mitos e sanassem dúvidas cotidianas. Além disso, tais eventos proporcionam um espaço de interação social e integração com a comunidade acadêmica e profissional, evitando potenciais sentimentos de isolamento e solidão comuns nessa fase da vida. Participar ativamente de um projeto de extensão como este ofereceu às alunas extensionistas oportunidade única de aplicar conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula na prática real. Isso não apenas reforça o aprendizado, mas também desenvolve habilidade interpessoais, comunicação eficaz, empatia e sensibilidade para com as necessidades dos idosos. O projeto de extensão “Promovendo Educação em Saúde com Idosos”, através de uma abordagem didática, participativa e interativa, levou aos idosos conhecimentos essenciais para a promoção da saúde e prevenção de doenças. Destaca-se a importância de iniciativas de educação em saúde voltadas para idosos, evidenciando o potencial transformador de tais programas na melhoria da qualidade de vida e na promoção de um envelhecimento ativo e saudável.

Palavras-chave: Ações Preventivas contra Doenças. Assistência Integral à Saúde do Idoso. Educação em Saúde. Envelhecimento Ativo.