

AÇÃO EM SAÚDE COM IDOSAS ASSISTIDAS POR ORGANIZAÇÃO DE ASSISTÊNCIA A IDOSOS INDEPENDENTES

XXVIII Encontro de Extensão

Victoria Lima Rodrigues, Janylle Lucas Diniz, Juliana Cunha Maia, Rávida da Rocha Lima Silva, Janaína Fonseca Victor Coutinho, Rachel Gabriel Bastos Barbosa

As alterações biopsicossociais originadas pelo envelhecimento tornam o indivíduo mais suscetível à vulnerabilidades, morbidades e limitações, com destaque às doenças crônicas não transmissíveis. Neste cenário, os profissionais da área da saúde devem atuar através da promoção da saúde a fim de incentivar envelhecimento ativo e saudável. Descrever a vivência de uma ação de promoção da saúde à população idosa. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, acerca de uma ação de promoção à saúde realizada por uma acadêmica de enfermagem e duas enfermeiras integrantes do Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde do Idoso vinculado ao Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. A vivência aconteceu em uma organização que presta serviço social a idosos independentes, na cidade de Fortaleza, com 15 idosas, no mês de dezembro de 2019. A ação foi idealizada sob a perspectiva de trabalhar saúde, bem estar e espiritualidade, desta forma, a primeira atividade consistiu em um alongamento guiado pelas facilitadoras. Pôde-se perceber o entusiasmo das idosas durante o exercício; compreendendo e respeitando as suas limitações, ninguém hesitou em participar. A seguir, houve um momento de meditação. Por fim, fez-se uma roda de conversa acerca da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). As facilitadoras prestaram orientações envolvendo hábitos alimentares e atividades físicas, e as idosas, por sua vez, participaram tirando dúvidas e discursando quanto à receitas naturais que podem ser usadas como medidas complementares no controle da Hipertensão. Por fim, houve aferição de pressão, fato que as participantes se interessaram muito. A vivência mostrou-se enriquecedora uma vez que o conhecimento foi compartilhado entre academia e comunidade. Ressalta-se uma necessidade de manutenção das ações em saúde com este público trazendo temáticas tão pertinentes quanto a HAS, considerando o contexto e as demandas que permeiam a população idosa.

Palavras-chave: Enfermagem. Saúde do Idoso. Hipertensão. Participação da Comunidade.