

AÇÕES DE PROMOÇÃO DE SAÚDE PARA CUIDADORES DE IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

XXVIII Encontro de Extensão

Natalia Maria Cavalcante Oliveira, Janylle Lucas Diniz, Ana Paula de Campelo Maciel Ribeiro, Janaína Fonseca Victor Coutinho, Marília Braga Marques, Rachel Gabriel Bastos Barbosa

INTRODUÇÃO: Com o envelhecimento populacional, o número de idosos dependentes têm aumentado, com isso surge a necessidade de um cuidador formal ou informal. Porém, o cuidado ao idoso pode gerar consequências físicas e/ou emocionais ao cuidador, como ansiedade e isolamento social. Por isso, é ideal que haja ações de promoção e de educação em saúde com o fito de proporcionar uma melhor qualidade de vida aos cuidadores. Assim, ações que forneçam esse cuidado, visam diminuir os efeitos do estresse do cuidador. **OBJETIVO:** Relatar a experiência acadêmica de ações de promoção de saúde à cuidadores de idosos. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência desenvolvido no Departamento de Enfermagem durante a Semana do Idoso, promovida pelo Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde do Idoso (GEPESI), em outubro de 2019. O evento contou com discentes e docentes do curso de enfermagem e cuidadores de idosos que participam do Grupo de Cuidadores do Ambulatório de Geriatria do Hospital Universitário Walter Cantídeo. No evento, foram oferecidas oficinas e práticas alternativas de saúde, como auriculoterapia e massoterapia. **RESULTADOS:** As intervenções possibilitaram aos cuidadores um momento de evolução intelectual e relaxamento. Com as ações oferecidas ao Grupo de Cuidadores, notou-se a reconstrução da autoestima e da autonomia. Percebe-se, que a participação de cuidadores em momento como estes é essencial, pois é um espaço que permite a troca de experiências, a resolução de dúvidas sobre doenças e suscita a reflexão da importância de cuidarem de si. **CONCLUSÃO:** A ação de promoção de saúde possibilitou aos discentes e docentes, a aproximação com o público e a oportunidade de proporcionar bem-estar ao cuidador. Percebeu-se a necessidade de ampliar a discussão sobre o estresse do cuidador no grupo, e essas ações devem ser estimuladas, haja vista os resultados positivos que foram notados.

Palavras-chave: EDUCAÇÃO EM SAÚDE. ASSISTÊNCIA À SAÚDE. SAÚDE DO IDOSO. CUIDADO.