Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DA OSTEOPOROSE NA MULHER IDOSA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: RAFAELLA DAYANNY LACERDA BONFIM SOARES

Autores: Adriana Carvalho dos Anjos
Auricélia Pereira Lô
Gerdane Celene Nunes Carvalho
Kátia Jane da Silva

Modalidade: Pôster

Área: Vulnerabilidade social

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

A osteoporose é uma doença caracterizada por deteriorização microarquitetural do tecido ósseo, com redução da massa óssea em níveis insuficientes para a função de sustentação, tendo como conseqüência o elevado risco de fraturas. É considerada uma das doenças crônicas degenerativas mais comuns nos idosos, trazendo grande impacto na saúde das mulheres, pois a diminuição do estrogênio na menopausa acelera o processo de enfraquecimentos dos ossos e implica em enormes repercussões sociais e econômicas, reduzindo a qualidade de vida e aumentando o grau de dependência. Objetiva-se relatar uma experiência sobre o desenvolvimento de uma atividade de promoção da saúde e prevenção da osteoporose com mulheres idosas. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência realizado com encontros, contemplando o princípio da Atenção Primária em Saúde de longitudinalidade, durante os meses de agosto a novembro de 2011, com frequentadoras do centro paroquial localizado no Bairro Junco na cidade de Picos – PI, durante os estágios curriculares da disciplina Saúde do Adulto e do Idoso. Constatou-se que as participantes tinham um conhecimento sucinto sobre alguns aspectos da doença, como os fatores de riscos para o desenvolvimento da osteoporose, porém desconheciam algumas terapias medicamentosas como a reposição hormonal durante e após o climatério e as principais medidas preventivas, principalmente no que concerne à alimentação, a cessação do tabagismo, a exposição solar diária para ativar a vitamina D e a importância da atividade física. Através do processo de educação continuada as participantes compreenderam as onerosas consequências advindas da osteoporose e esclareceram suas dúvidas. E as informações repassadas contribuíram para a sensibilização quanto ao autocuidado e a instituição de medidas preventivas. Infere-se que a situação vivenciada corroborou que a educação em saúde seguindo o princípio da longitudinalidade constitui base precípua para o desenvolvimento da consciência critica das causas, dos problemas e das ações necessárias para a promoção do autocuidado, prevenção da patologia e melhoria da qualidade de vida, mesmo diante das dificuldades impostas pela senescência e pela senilidade associadas à osteoporose.