

Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: RELATO DE EXPERIÊNCIA: TRABALHANDO O CONVERSAR PARA ADOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS JUNTO À IDOSOS

Relatoria: MARIA SAMARA ALVES DA SILVA
Andrea Costa

Autores: Renata da Silva Corrêa
Rosana Santos Bezerra
Mayara Gabriela Salgado Murici

Modalidade: Pôster

Área: Determinantes de vida e trabalho

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: o estudo relata a experiência de acadêmicas durante ação de educação em saúde desenvolvida na prática da atividade curricular: Atenção Integral à Saúde do Adulto e Idoso, a qual compõe a diretriz curricular do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Pará. A atividade foi executada, junto ao grupo de idosos da Unidade Municipal de saúde do Guamá, Belém- Pa. Caracterizando ação de fortalecimento da atenção básica em saúde como potencial de produção de saúde. Metodologia: Realizou-se uma roda de conversa com duração de 52 minutos, com 23 idosos, acompanhados pelo Programa do Idoso, que se reúnem às quartas-feiras para discutir várias temáticas. Além da participação da assistente social e da professora da referida atividade curricular. Objetivo: Estimular discussão no grupo de idosos que promovam reflexão acerca de hábitos de vida que auxiliam no bem estar, assim como promoção em saúde e prevenção de doenças. Resultados: As acadêmicas elaboraram material ilustrativo envolvendo vários subtemas que estavam interligados à prática de hábitos saudáveis, e orientações e discussões de práticas diárias que visaram a fomentação de reflexão sobre condições e práticas de vida, associando a influência de hormônios liberados nas atividades de manifestação de alegria que auxiliam no funcionamento orgânico satisfatório. Percebeu-se a participação ativa e espontânea do grupo de idosos durante a ação, culminando em experiências compartilhadas e relatos de hábitos saudáveis, os quais influenciam de forma significativa na saúde e bem estar dessa população. Promovendo ainda reflexão de auto estima e cultivo de hábitos ligados a satisfação pessoal como fator de promoção à saúde. Conclusão: As atividades educativas, apresentando estratégias de participação são relevantes para o idoso, tanto para o conhecimento das necessidades do organismo, quanto para esclarecer dúvidas e partilhar experiências. Assim como fomentar o discutido para as ações em saúde da pessoa idosa pelo Ministério da Saúde trabalhar a potencialidade pessoal de cada idoso como aliado para auxiliar na adoção de hábitos de vida favoráveis a manutenção da autonomia neste ciclo da vida.