

Trabalho apresentado no 18º CBCENF

Título: SAÚDE NA TERCEIRA IDADE: ATIVIDADES EDUCATIVAS, IDOSOS MAIS ATIVOS - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: ERICA DE ARAUJO FACUNDO

Eláine da Costa Ribeiro

Autores: Gilvânia Oliveira Ferreira

Camila Alves de Sena

Karla Rafaella Menezes Lonsing

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Gestão, tecnologias e cuidado

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A expectativa de vida no Brasil tem aumentado a cada ano. Com o envelhecimento da população, foram programadas novas políticas públicas a fim de manter os idosos saudáveis e ativos, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação na sociedade. Essas mudanças já são observadas na população da terceira idade que vem a todo instante adquirindo hábitos de vida mais saudáveis, buscando praticar atividades físicas e aderindo a uma alimentação saudável. Contudo, faz parte da enfermagem o trabalho de prevenir e promover a saúde e os direitos do cliente em questão. **OBJETIVO:** Portanto teve-se como desígnio descrever o relato de experiência das atividades que foram desenvolvidas com os idosos, que consistiu na realização de atividades educativas voltadas para a promoção e prevenção das enfermidades. **METODOLOGIA:** Descritiva, do tipo relato de experiência, a qual foi desenvolvido no auditório do Corpo de Bombeiros na cidade de Iguatu - CE, onde o público alvo foram pessoas idosas, com idade entre 60 e 85 anos, ocorrido no período de outubro de 2014. **RESULTADOS:** É neste contexto que se insere o trabalho realizado pelos discentes do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri - Campi Iguatu, que compõem o projeto de extensão "Viver bem na melhor idade", subdividido em cinco grupos, abordando temáticas diferentes: "higiene e bem estar"; "alimentação e nutrição"; "automedicação"; "memória e habilidade: experiência com a arte" e "prática de relaxamento". Através de rodas de conversas, dinâmicas e palestras, analisando e avaliando como eles conheciam e desempenhavam as atividades abordadas sobre higiene e bem estar no seu dia a dia **CONCLUSÃO:** Pode-se concluir que, é de fundamental importância que a enfermagem desenvolva atividades de maior predileção a essa população, para se ter melhor adesão a sua prática, sendo realizada de forma prazerosa e saudável para o idoso continuar sendo fisicamente ativo, autônomo e participativo na sociedade.