

Trabalho apresentado no 18º CBCENF

Título: GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA IDOSOS NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: DANIELLY CRISTINY DE VERAS

Autores: Mayara Muniz Dias Rodrigues
Saemmy Grasiely Estrela de Albuquerque

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Educação, política e vulnerabilidade social

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: O processo de envelhecimento caracteriza-se por modificações em vários âmbitos, como fisiológico, psicológico e social, ocorrendo também um declínio cognitivo. A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa propõe através da educação permanente, serviços que atendam as necessidades da população idosa, visando atingir as metas de um envelhecimento ativo e saudável, estimulando o idoso na participação em grupos da terceira idade. A qualidade de vida do idoso relaciona-se com suas condições e estilos de vida, subjetividade, aspecto holístico do ser humano, bem como direitos humanos e sociais. **OBJETIVO:** relatar a experiência vivenciada por estagiários do SESC com a realização de ações desenvolvidas com grupos de convivência de idosos. **METODOLOGIA:** A experiência foi vivenciada durante as atividades de estágio extracurricular na Unidade Campestre do SESC Gravatá, João Pessoa - PB. O público alvo da ação foram os idosos que fazem parte do grupo em João Pessoa. **RESULTADOS:** Os encontros realizados com os idosos partiam dos agendamentos realizados pelos representantes de cada um deles junto à administração do SESC Gravatá, tanto grupos de idosos de USF, quanto grupos de convivência religiosos e de outras unidades, reservavam seus dados para o lazer dos idosos. Ao receber os visitantes, iniciávamos com uma apresentação do que seria realizado naquele dia, dentre elas: visita ao viveiro de plantas nativas do Município com ênfase nas plantas medicinais, onde eram repassadas informações sobre a forma de utilização, benefícios e contraindicações de cada uma, eram distribuídas mudas para plantio; atividades físicas próprias para faixa etária com os profissionais e estagiários da área de Educação Física; atividades educativas na área da saúde abordando temas pertinentes aos idosos com os estagiários de Enfermagem e supervisão das Enfermeiras do setor, atrelado às apresentações ocorria verificação de glicemia pós-prandial, aferição de pressão arterial antes das atividades físicas, orientações e demonstrações sobre uma alimentação saudável entre outros. **CONCLUSÃO:** Com essa vivência, tivemos a oportunidade de entrar em contato com a realidade dos idosos, suas dúvidas, conhecimentos e dificuldades relacionadas à saúde, promovendo ações que proporcionam o acesso a informações relevantes para suas vidas, auxiliando dessa forma na prevenção de agravos a saúde.