Trabalho apresentado no 22º CBCENF

Título: A INFLUÊNCIA DA UNIVERSIDADE DA MELHOR IDADE (UMI) NA SAÚDE E ENVELHECIMENTO DE SEUS ACADÊMICOS

Relatoria: alana furtado
Patrícia Lira Bizerra

Autores: Lizandra Alvares Felix Barros
Elizabeth Gonçalves Ferreira Zaleski

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Políticas Públicas, Educação e Gestão

Tipo: Pesquisa

Resumo:

INTRODUÇÃO: A qualidade de vida na terceira idade como a manutenção da saúde em seu melhor nível de bem estar possível, incluindo os seus aspectos, fisiológico, psicológico, social e espiritual. E a UMI contribui com o processo do envelhecimento humano saudável dando oportunidades para que os cidadãos idosos possam desenvolver diversas atividades com o intuito de promoverem saúde e educação de qualidade. Sendo um programa de extensão promovido pela Universidade Católica Dom Bosco – UCDB. OBJETIVO: Identificar a influência da Universidade da Melhor Idade (UMI) na saúde e envelhecimento de seus acadêmicos. MATERIAIS E MÉTODOS: Foram aplicados dois questionários, sendo um com os dados sociodemográficos e clínicos e o segundo a da escala numérica da dor. Os dados foram tabulados em planilhas no Excel e apresentados de forma descritiva, sendo as variáveis categóricas apresentadas em frequência absoluta (n) e relativa (%). Este trabalho é parte do projeto Envelhescência e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com o parecer número 3.185.956, de 07/03/2019. RESULTADOS E DISCUSSÃO: A amostra foi composta por 46 acadêmicos da UMI com média de idade de70 anos, sendo n=37(80%) do sexo feminino e n=9(20%) do sexo masculino. Os dados obtidos a partir da escala numérica da dor revelaram que n=19(41%) sentia de zero a 01, n=15(33%) dois e n=04(09%) três, estes número compõem a pontuação da escala númerica de 0 a 10. Esta pontuação como observado prevaleceu o número 01, e segundo Gouveia (2017) este resultado é classificado como leve, ou seja, as dores enfretadas pelos acadêmicos são dores leves, e em resposta aos índices baixos em relação à dor segundo os idosos se devem as atividades realizadas no projeto, pois relatam “que antes de virem para UMI sofriam de muitas dores”(SIC). Então foram questionados sobre a realização da prática de exercícios físicos e n=38(83%) responderam ser praticantes e n=08(17%) não realizarem nenhuma atividade. Com tais resultados estes acadêmicos idosos estão envolvidos no processo do envelhecimento ativo. CONCLUSÕES: A UMI atua de forma benéfica em relação à saúde de seus alunos, promovendo a independência, a dignidade e a participação, pois a idade maior necessita de atenção como qualquer outra faixa etária, não esquecendo suas dificuldades e suas limitações e sim abordando atividades a partir delas.