

Trabalho apresentado no 25º CBCENF

Título: PROMOVENDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
Relatoria: ANDRÉ WILIAN LOZANO
ARTUR OTONI LIMA ROCHA
JULIA MATA DA COSTA
Autores: LAYRA CAROLINA COSTA
NATHALIA SILVA RAMOS
JOSÉ MARTINS PINTO NETO
Modalidade: Pôster
Área: Formação, Educação e Gestão em Enfermagem
Tipo: Relato de experiência
Resumo:

A qualidade de vida dos idosos pode ser afetada por diferentes fatores, sendo a senescência e a senilidade, aspectos importantes a serem considerados. A senescência refere-se às mudanças fisiológicas que ocorrem no organismo ao longo do tempo, sem a presença de mecanismos de doença. Por outro lado, a senilidade diz respeito às condições patológicas que afetam os idosos ao longo da vida, resultantes do envelhecimento, incluindo doenças crônicas, limitações físicas e problemas de saúde mental. O objetivo constitui em relatar a experiência de um projeto sobre sensibilização de jovens e idosos, nas escolas estaduais e Instituição de Longa Permanência para Idosos em um município do noroeste paulista, em 2023, sobre a importância da qualidade de vida, com foco no envelhecimento saudável, além de, buscar estimular a reflexão sobre os hábitos de vida, promovendo mudanças de comportamento que contribuam para uma melhor qualidade de vida em todas suas fases. A equipe de alunos envolvida na conscientização visitou as instituições, aplicou formulários e questionários para avaliar o conhecimento dos participantes. As respostas foram analisadas como base para a abordagem do público em um diálogo sobre a promoção da saúde e a importância da qualidade de vida. A análise das respostas revelou que a maioria dos participantes reconhecia a importância de hábitos saudáveis, como escovar os dentes após as refeições. Entretanto, uma preocupação surgiu em relação ao fato de que mais de 30% dos participantes responderam "não" à pergunta sobre se consultavam um psicólogo. Isso indica a necessidade de abordar questões relacionadas à saúde mental e emocional dos jovens. Ao utilizar a escala de qualidade de vida, constatou-se que apenas 5% dos participantes obtiveram uma pontuação abaixo da média, enquanto 93% obtiveram pontuações dentro da média e apenas 2% alcançaram pontuações acima da média. Esses resultados demonstram a necessidade de conscientizar sobre a importância abrangente do bem-estar físico. Fica evidente que a busca por uma melhor prosperidade, é necessário investir em conscientização e educação, com a implementação de ações e programas que abordem de forma abrangente os diversos aspectos que influenciam positivamente, tanto para os jovens quanto para os idosos, a fim de garantir um futuro mais saudável para a população.