Trabalho apresentado no 12º CBCENF

Título: ATIVIDADE FÍSICA PARA O IDOSO NA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA

Relatoria: JAQUELINE D PAULA RIBEIRO VIEIRA TORRES

Autores: SILVERIO DE ALMEIDA SOUZA TORRES

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Integralidade do cuidado

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: A Estratégia Saúde da Família – ESF – foi criada como uma das principais iniciativas de reorientação do modelo assistencial do SUS, visando à atenção integral ao indivíduo através da prevenção, promoção e recuperação da saúde. Nesta realidade, estimular e promover a prática de atividade física para a população idosa se faz necessária, visto que, além de contribuir significativamente para um envelhecimento saudável, aumenta a capacidade funcional, possibilita a convivência e interação e promove a auto-valorização, favorecendo a melhoria da qualidade de vida. Objetivos: Revisar as atividades desenvolvidas nas equipes de ESF para promover a atividade física voltada para a população idosa e sua importância para o bem estar dos mesmos. Metodologia: Revisão na literatura nacional nas seguintes bases de dados: LILACS, Bireme, SciELO, além de livros e periódicos, abrangendo o período de 2000 a 2009. Resultados: Atualmente, pouco se tem feito na ESF para promover a prática de atividade física voltada para o idoso. As principais práticas adotadas são: alongamentos e caminhadas. Os profissionais de saúde estimulam o exercício físico regular. Os idosos gostam de realizar atividades físicas, recreativas e de lazer, porém, tais atividades não são realizadas rotineiramente pelo serviço de saúde. A prática de atividade física contribui para a melhoria na auto-estima e condição de saúde da população idosa. Conclusão: A literatura estudada identifica a necessidade de capacitação para a equipe da ESF no sentido de desenvolver habilidades e atitudes para elaborar e operar ações que promovam a prática de atividade física. Faz-se necessária a integração multidisciplinar e multiprofissional para que se possa atender, com qualidade, às necessidades deste grupo populacional.