

Atenção Básica

1ª SEMANA DO IDOSO: PROMOÇÃO EM SAÚDE E PREVENÇÃO DE QUEDAS

Emerson Fabiano Vicente 1, Débora Roniele Brandi Da Silva Rodrigues 1, Danielle Andrade Da Silva 1, Alexandre Bernardini Vieira 1, Osmar Antonio De Sousa 1, Taina Da Silva Cordeiro 1, Lucia Miyuki Higa 1, Patricia Aline De Souza Alves 1, Simone Oliveira Sierra 1

1 Secretaria Municipal De Saúde De São Bernardo Do C - Secretaria Municipal De Saúde De São Bernardo Do Campo

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O Município de São Bernardo do Campo enfrenta um grande aumento demográfico da população idosa. As equipes de saúde da Atenção Básica vêm trabalhando estratégias para conscientizar e diminuir fatores domiciliares de riscos de quedas, além de promover maior socialização e autonomia dessa população na sua integralidade. Em vista disso, foi realizado a Semana do Idoso pela equipe de residência multiprofissional através de ações como cinema, “Casa Segura” e amostra de talentos com o objetivo de promover projetos de vida, redução de riscos de quedas e convivência social. Nos encontros foi possível verificar que os idosos se sensibilizaram com as iniciativas preventivas quanto as quedas, que relacionaram as temáticas com seu cotidiano e que as ações proporcionaram maior interação social e aumento da autoestima. Com esse projeto identificamos a importância da educação em saúde como ferramenta eficaz no compartilhamento do conhecimento e autogestão do cuidado pelos usuários.

O Município de São Bernardo do Campo, localizado no estado de São Paulo, vem enfrentando um grande aumento demográfico da população idosa. Esse processo tem sido associado com o declínio funcional e aumento da dependência de recursos sociais. (ZALLI, 2012) (ILHA, ARGENTA, et al. , 2016) Segundo o Ministério da Saúde, a pessoa idosa com instabilidade postural e alteração da marcha aumenta o risco de quedas, e que a prevalência das quedas acidentais acontecem dentro de casa ou em seus arredores, frequentemente durante a realização de atividades do dia-a-dia como caminhar, e ir ao banheiro. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006) Visando enfrentar esse problema, as equipes de saúde da Atenção Básica vêm trabalhando estratégias para conscientizar e diminuir fatores domiciliares que possam eventualmente provocar quedas e promover maior socialização e autonomia nessa população. No dia 01 de outubro é comemorado o dia mundial do idoso e visando celebrar essa data com os idosos foi realizada a 1ª Semana do Idoso, com exposição de filme, simulação da “Casa Segura” e para finalizar uma amostra de talentos. Pensando em integrar o idoso ao seu meio, iniciamos e finalizamos a semana com ações que visam a convivência social e projetos de vida proporcionando aumento da autoestima, melhorando a qualidade de vida. Assim, uma compreensão dos aspectos biopsicossociais envolvidos neste contexto é essencial para o cuidado efetivo em saúde, dada a grande complexidade que essa demanda exige, considerando a integralidade do sujeito.

OBJETIVOS

Objetivo Geral Realizar ações educativas que impactem sobre os fatores determinantes de quedas e promover ações de lazer com a população adstrita das Unidades Básicas de Saúde, no município de São Bernardo do Campo.

OBJETIVOS

Específicos Conscientizar a população idosa sobre os fatores determinantes de quedas domiciliares. Promover a integração dos idosos ao meio social. Desenvolver com a equipe multiprofissional conhecimentos e habilidades relativas ao enfretamento dos determinantes de quedas em clientes idosos presentes no território, utilizando como ferramenta o matriciamento.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de um relato de experiência, no qual foi utilizado a técnica de análise de discurso. O projeto foi desenvolvido na área de abrangência das Unidades Básicas de Saúde: (UBS) Jardim Farina, (UBS) Parque São Bernardo e (UBS) Vila São Pedro localizadas no município de São Bernardo do Campo, Estado de São Paulo, no período de 03 a 07 outubro de 2016. Devido à grande incidência de quedas de idosos no município de São Bernardo do Campo, foi desenvolvido um matriciamento pela equipe de residência multiprofissional em saúde do idoso para sensibilização das equipes da atenção básica quanto ao cuidado com a pessoa idosa. Posteriormente foi implementada a semana do idoso, onde foi planejado estratégias de promoção a saúde quanto a conscientização da população com enfoque na prevenção de quedas e meios para socialização. Dentro dessa estratégia foi permitida a participação de idosos, familiares e afins, não havendo limite de pessoas por encontro, nos dias de abordagem na semana do idoso foi passado lista de presença onde compareceram em média 70 pessoas/dia, sendo a maioria idosos. As temáticas foram: No dia 03 de outubro foi exibido o filme “Elsa e Fred” no anfiteatro da Faculdade de Direito de São Bernardo onde abordou a importância de novas amizades e nunca deixar de sonhar independentemente da idade, ao termino foi aberto uma discussão com os idosos para reflexão. Nos dias 04, 05 e 06 de outubro foi exposto uma “Casa Segura” nas unidades do Jardim Farina, Vila São Pedro e Parque São Bernardo com abordagens a respeito dos riscos de quedas dentro da residência e suas alternativas de prevenção. No dia 07 de outubro foi o encerramento da semana com a amostra de talentos no Parque Chácara Silvestre onde os idosos de cada unidade demonstraram seus talentos com apresentações de dança, teatro, música e exposição de artesanatos.

RESULTADOS

Na discussão do filme vários idosos se emocionaram e relataram ter vivenciado a história e ressaltaram a importância de aproveitar a vida. Nas abordagens da “Casa Segura” os participantes relacionaram as temáticas com seu cotidiano e pontuaram fatores de riscos domiciliares presentes em seus dias, e que com tal conhecimento sobre o assunto agora podem identifica- lós e tomar as devidas precauções necessárias a cada fator de risco. O fator mais apontado pela população quanto as quedas domiciliares foi o tapete solto pela casa. Na fala dos usuários foi possível verificar que o grupo se sensibilizou com as iniciativas preventivas individuais e coletivas ao repassar as informações obtidas durante a semana entre amigos e familiares. A amostra de talentos possibilitou uma maior interação entre as unidades fortalecendo o vínculo entre a comunidade e os profissionais de saúde, além de proporcionar alegria e aumento da autoestima dos idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este projeto pode-se identificar a importância das estratégias de educação em saúde como ferramenta eficaz no compartilhamento do conhecimento, de forma que o usuário possa



analisar situações no seu cotidiano resultando na autogestão do cuidado. Sobretudo quando estas ações são planejadas e executadas por uma equipe multiprofissional, assim é possível ter uma visão holística quando se trata do cuidado com a pessoa idosa na sua especificidade e integralidade.