

RELATO DE EXPERIÊNCIA: IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O PÚBLICO IDOSO

Eduarda Tormem Girotto¹; Danielle Soraya da Silva Figueiredo²; Gustavo Bianchini Porfírio³

¹Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Guarapuava, PR.

<http://lattes.cnpq.br/8071296872260596>

²Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Guarapuava, PR.

<http://lattes.cnpq.br/4633811183959364>

³Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Guarapuava, PR.

<http://lattes.cnpq.br/2778756837882408>

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do Idoso. Educação em saúde. Saúde coletiva.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde do Idoso.

DOI: 10.47094/IIICOLUBRASC.2025/RE/55

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2022), estima-se que o número de pessoas com 80 anos ou mais fique três vezes maior até 2050, chegando a 426 milhões. Esse expressivo envelhecimento populacional, onde idades mais avançadas são alcançadas por um maior número de indivíduos, impõe a necessidade de medidas políticas e de saúde que se adequem à nova realidade delineada.

Nesse contexto, conforme Santos et al. (2008), na atenção à saúde do idoso, o objetivo central é preservar o estado de saúde e favorecer a autonomia física, psíquica e social, possibilitando uma vida ativa no contexto familiar e comunitário.

Dessa forma, medidas de prevenção e promoção de saúde são necessárias para que o bem-estar do público idoso, em sua longevidade, seja garantido. Projetos voltados a essa população, quando feitos em grupo, promovem a socialização e a ampliação de conhecimento, além de possuírem maior impacto na educação em saúde e na adoção de hábitos saudáveis associada a mudança de comportamento (Victor et al., 2007).

O presente resumo relata a experiência vivenciada no projeto “Viver Bem”, desenvolvido durante o ano de 2025, a partir do Núcleo de Apoio Psicopedagógico (NAPP) do Departamento de Medicina (DEMED) da Universidade Estadual do Centro-Oeste (Unicentro), juntamente ao Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) da cidade.

O Projeto Viver Bem objetiva oferecer à população idosa atendida, informações, apoio e avaliações sobre autocuidado, estilo de vida, saúde mental e física e cidadania, além de promover uma prática humanizada da relação médico-paciente por parte dos acadêmicos de Medicina.

OBJETIVOS

Este estudo tem como objetivo relatar as experiências dos autores com o Projeto Viver Bem, desenvolvido por acadêmicos de Medicina do segundo ano, bem como observar a importância das ações de educação em saúde ao público idoso.

METODOLOGIA

O presente trabalho é um estudo descritivo e qualitativo do tipo relato de experiência. O relato corresponde às atividades desenvolvidas no Projeto Viver Bem, que possui caráter extensionista e incluiu 13 acadêmicos de Medicina da Unicentro, sob orientação docente, e um grupo de 45 idosos cadastrados no CRAS 1.

Para o embasamento teórico deste resumo, a busca foi feita através da base de dados Scielo, utilizando os descritores (promoção da saúde do idoso) ou (educação em saúde) e (idoso) ou (comunicação) e (idoso). Foram selecionados artigos avaliando-se a relevância temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades do projeto em questão foram realizadas presencialmente no CRAS 1, em encontros quinzenais, durante o ano de 2025. Os encontros iniciaram com um momento informativo, através da apresentação de slides e realização de dinâmicas em grupo, conduzidas por uma dupla de estudantes previamente estabelecida, onde foram abordados temas relevantes à saúde e bem-estar dos idosos, como alimentação saudável, atividade física, prevenção de quedas e direitos da pessoa idosa.

Após este momento educativo inicial, era realizado o acolhimento dos participantes, com aferições de sinais vitais, escuta ativa, orientações práticas e encaminhamentos quando necessários. Posteriormente a cada encontro, os discentes escreveram um relatório de campo retratando as experiências vivenciadas.

Conforme Barbosa et al. (2021), percebeu-se, de início, que as iniciativas de prevenção e promoção da saúde demonstraram potencial para promover melhorias significativas no bem-estar global dos idosos, abrangendo os aspectos físicos, psicológicos, ambientais e sociais. Além disso, essas intervenções podem contribuir positivamente para o aumento da percepção de apoio social entre os participantes, que neste projeto, em sua maioria, estão em situação de vulnerabilidade social.

A atuação quinzenal e longínqua no Projeto Viver Bem permitiu a criação de um vínculo determinante para o desenvolvimento das atividades, uma vez que essa presença contínua dos estudantes favoreceu a criação de uma relação de confiança entre o discente e os idosos acompanhados, onde estes se sentiram confortáveis para compartilhar as queixas clínicas, suas experiências de vida e frustrações. Assim, a escuta ativa revelou-se uma ferramenta para a transmissão da informação e para o cuidado humanizado.

Durante as atividades do projeto, os autores perceberam uma lacuna de conhecimento sobre os direitos garantidos à população idosa, como o Estatuto do Idoso e os princípios da atenção integral à saúde na terceira idade, além de saberes no tocante à importância de hábitos saudáveis para assegurar uma melhor qualidade de vida. De acordo com Bomfim et al. (2022), essa desinformação é mais acentuada entre idosos em situação de vulnerabilidade social.

Desse modo, foram promovidas ações de prevenção em saúde no projeto, a partir da exposição de informações e orientações, como a retirada de tapetes em casa visando a redução de quedas e o aumento de consumo de fibras para prevenção da diabetes tipo II, com objetivo de preencher as lacunas de conhecimento existentes.

No entanto, em função da condição social desfavorável e baixo nível de instrução dos idosos acompanhados pelo projeto, os autores experimentaram dificuldades iniciais na condução dessas atividades educativas, de modo a tornar necessária a adequação dos métodos expositivos, utilizando-se de imagens, metáforas e associações, e da linguagem adotada na transmissão do conhecimento científico, fazendo-se uso de terminologias coloquiais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, a participação no projeto revelou-se uma experiência completa, por abranger a teoria e aplicá-la à realidade social, onde o cuidado com o idoso se deu a partir da formação de vínculo e da escuta. O formato adotado - com momentos educativos seguidos do acolhimento prático - mostrou-se eficaz na transmissão de informações relevantes, assim como na prática da humanização do cuidado, exercitando a educação em saúde como uma estratégia para promoção de saúde na senescência.

Além disso, a vivência dos acadêmicos junto ao público do CRAS 1 evidenciou que as práticas em saúde exigem sensibilidade e disposição para adaptar a linguagem e abordagem às realidades de cada idoso. Os desafios encontrados, como a diferença socioeconômica e cultural, requisitaram empatia e criatividade por parte dos discentes, destacando a complexidade da atenção básica.

Por fim, o projeto contribuiu para a formação acadêmica dos estudantes pela necessidade do desenvolvimento de novas habilidades, além de provocar impactos positivos na comunidade atendida. A troca de conhecimentos proporcionada pelos encontros reforçou

a importância da escuta ativa, do respeito às individualidades e da construção de melhores hábitos em saúde. Assim, projetos como esse, reafirmam o importante papel das ações de educação em saúde no tocante ao cuidado, inclusão e cidadania das populações mais vulneráveis.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, P. M. E. et al. Estratégia de educação em saúde fonoaudiológica para idosos: relato de experiência. **New Trends in Qualitative Research**, v. 8, p. 155–162, jul. 2021.

BOMFIM, W. C.; SILVA, M. C. da; CAMARGOS, M. C. S. Estatuto Do Idoso: análise dos fatores associados ao seu conhecimento pela população idosa brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 11, p. 4277–4288, nov. 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Envelhecimento e saúde**. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>. Acesso em: 17 jul. 2025.

SANTOS, S. S. C. et al. Promoção da saúde da pessoa idosa: compromisso da enfermagem gerontogeriatrica. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 21, p. 649–653, 2008.

VICTOR, J. F. et al. Grupo Feliz Idade: cuidado de enfermagem para a promoção da saúde na terceira idade. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 41, n. 4, p. 724–730, dez. 2007.