

Especialização em Saúde da Família

PROVAB UnA-SUS UNIFESP

Saúde do Idoso no Programa da Saúde da Família

Thiago Henrique Abrão Bertholini

Orientadora: Elisa Prezotto Giordani

São João da Boa Vista, 11 de janeiro de 2015

SUMÁRIO

Introdução _____

Objetivos _____

Metodologia _____

Resultados Esperados _____

Cronograma _____

INTRODUÇÃO

Diante da realidade inquestionável das transformações demográficas iniciadas no último século e que nos fazem observar uma população cada vez mais envelhecida, evidencia-se a importância de garantir aos idosos não só uma sobrevivência maior, mas também uma boa qualidade de vida (FLECK, CHACHAMOVICH, TRENTINI, 2003).

A chegada à terceira idade traz aos nossos pacientes muitas limitações em um corpo já muito vivido, que não responde mais aos estímulos como na juventude. Já não podemos contar com a mesma agilidade, capacidade de raciocínio e destreza de movimentos de alguns anos atrás. Há mais tempo disponível, mas na maioria das vezes os idosos não sabem o que fazer com esse tempo e até mesmo não tem mais saúde para poder desfrutar da chamada “melhor idade” (TAVARES, 1997).

A qualidade de vida na terceira idade pode ser definida como a manutenção da saúde, em seu maior nível possível, em todos os aspectos da vida humana: físico, social, psíquico e espiritual (OMS, 1991).

O atendimento de idosos é muito prevalente no cotidiano de atendimentos básicos na Unidade de Saúde. O que chama a atenção é que quase 100% dos pacientes assistidos, relatam aspectos variados de suas vidas que não se aproximam em nada do que é considerado saudável nessa fase da vida. Inúmeras evidências se somam a esses relatos, como a quantidade de flagrantes de maus tratos e negligências por parte das famílias ou cuidadores durante visitas costumeiras de agentes comunitários da saúde. Somam-se a isso os inúmeros diagnósticos clínicos de depressão e das várias doenças descompensadas, sem a adesão ao tratamento necessário (DALLA VECCHIA, 2005).

A depressão, uma das principais doenças mentais na população idosa, apesar de muito corriqueira, é de difícil reconhecimento e diagnóstico, uma vez que a sociedade, de um modo geral, a encara como um fato normal à velhice. As causas abrangem inúmeros fatores – biológicos, psicológicos e sociais – que atuando de forma concomitante, desencadeiam a doença. O acompanhamento psicoterápico como complemento ao tratamento medicamentoso, propicia a recuperação da qualidade de vida do idoso (ZIMERMAN, 2000).

Estudos populacionais realizados no país têm demonstrado que não menos que 85% dos idosos apresentam pelo menos uma doença crônica e cerca de 10% apresentam pelo menos cinco dessas enfermidades (CEI-RS, 1997; RAMOS et al., 1993).

O profissional deve ser capaz de perceber a multicausalidade dos processos mórbidos, sejam físicos, mentais ou sociais, tanto individuais, quanto coletivos, contextualizando, sempre, o indivíduo em seu meio ambiente. Deve estar voltado à criação de novos valores, trabalhando mais a saúde do que a doença e, basicamente, por meio do trabalho interdisciplinar. Os profissionais da saúde também têm como obrigação estimular a iniciativa, a organização e a participação da comunidade em atividades interrelacionadas em prol da qualidade de vida das pessoas idosas e compreender o envelhecimento como um processo essencialmente benigno, não patológico, sem perder de vista, entretanto, que o estresse de agravos físicos, emocionais e sociais com o aumento da idade representa uma efetiva e progressiva ameaça para o

equilíbrio dinâmico do indivíduo, ou seja, sua saúde (SILVESTRE E COSTA NETO, 1999).

Quanto mais ativos e mais funções os idosos desempenharem, maior sua longevidade com repercussões no bem-estar biopsicossocial, promovendo melhor qualidade de vida. Trabalhos com grupos surgem como uma ferramenta importante para promover a qualidade de vida em idosos. Pesquisa sobre grupos de terceira idade com suporte social e afetivo, apresentam dados corroborando essa teoria, pois os grupos promovem a estimulação cognitiva e podem evitar problemas psicológicos causados pelas perdas físicas e afetivas (BORGES, 2006).

O objetivo desse projeto é desenvolver um trabalho de prevenção da perda e recuperação da qualidade de vida na terceira idade. A preparação para as grandes mudanças na vida decorrentes da aposentadoria e da perda de amigos e familiares é de suma importância para a saúde psicológica, assim como o apoio familiar constante e a preservação e manutenção da autonomia, independência e dignidade do idoso.

Aos que já se encontram em problemas nessa fase da vida, o objetivo do projeto é resgatar na vida dessas pessoas o respeito como ser humano com todas as limitações inerentes à sua idade. Através de um amplo planejamento social dentro da comunidade acreditamos que seja possível ao idoso usufruir de momentos de lazer, interação social, desenvolvimento de hobbies e interesses diversos que vão colaborar para que a mente volte a ser ativa e saudável.

Pretendemos fazer com que o paciente idoso da nossa comunidade, sinta o prazer de ter um corpo saudável, saiba aceitar seus limites, aprenda a interagir em sociedade, encontre a satisfação dos desejos na medida do possível e descubra o prazer de compartilhar e de aprender.

OBJETIVOS

Os cuidados para uma pessoa idosa devem visar à manutenção de seu estado de saúde, com uma expectativa de vida ativa o máximo possível, junto aos seus familiares e à comunidade, com independência funcional e autonomia condizentes com sua idade (COSTA NETO E SILVESTRE, 1999).

Objetivo geral

Através desse projeto de intervenção tem-se como objetivo evitar que a terceira fase da vida dos nossos pacientes não seja de excelente qualidade. Objetiva-se que nossos assistidos tenham o prazer de poder desfrutar dessa fase da vida de uma maneira prazerosa, sentindo-se útil e ativo, e com saúde.

Objetivos específicos

Acredita-se que se possa interferir na rotina dos pacientes e alterar seu cotidiano trazendo-se apenas benefícios, fazendo-se com que a Estratégia de Saúde da Família faça parte da vida dessas pessoas, sendo uma oportunidade para o idoso encontrar subsídios para qualificar seu dia a dia.

Especificamente pensa-se em tornar a Unidade Básica um ponto de apoio ao idoso onde seriam disponibilizados oficinas, grupos de apoio, cursos e confraternização com apelo para o nosso público alvo.

METODOLOGIA

Cenário da intervenção

O projeto de intervenção acontecerá na Unidade Básica de Saúde Santo Antônio, na cidade de São João da Boa Vista em São Paulo. A unidade situa-se em um bairro com altos índices de violência, e baixa concentração de renda, A unidade está bem localizada no bairro e possui uma grande demanda de pacientes. A estrutura é boa e possui salas amplas e arejadas que serão bem aproveitadas para a execução do projeto.

Sujeitos envolvidos

O bairro atendido possui uma expressiva parte da população de idosos, estes por sua vez, procuram atendimento médico com muitas queixas, tanto físicas quanto psicológicas, dentre as quais podemos destacar a falta de qualidade de vida, o tédio, a sensação de inutilidade e o abandono pela família sendo esse nosso público alvo.

Estratégias e ações

Serão organizadas atividades em três dias alternados da semana: segundas-feiras, quartas-feiras e sextas-feiras, Essas atividades serão repedidas sequencialmente em todas as semanas a fim de consolidá-las na rotina do idoso.

Às segundas-feiras será organizada uma oficina de costura e artesanato tendo como alvo o público feminino para a costura e ambos os gêneros para o artesanato. As senhoras terão aulas de bordado e costura e as que se destacarem ou que se prontificarem serão consideradas “tutoras” e auxiliarão as demais. Os senhores que se identificarem poderão criar seus artesanatos. Os produtos resultantes da oficina poderão ser doados ou presenteados como preferirem os participantes.

Nas quartas-feiras serão organizados grupos de apoio diversos de acordo com as enfermidades mais acometidas. Diabéticos, cardiopatas, pacientes com fraturas, depressivos, alcoolistas poderão fazer parte de grupos isolados onde sanarão suas dúvidas, poderão compartilhar experiências e conviver com outras pessoas de sua idade que enfrentam os mesmos problemas. Cada grupo será assistido por uma enfermeira que poderá esclarecer qualquer dúvida que venha a surgir.

Nas sextas-feiras serão organizadas aulas de alongamentos e de exercícios físicos com fisioterapeutas e também consultas com nutricionistas onde cada idoso terá um regime apropriado para sua condição física e financeira.

Os familiares serão sempre convidados a acompanhar os seus, e uma vez ao mês poderão ser feitas confraternizações entre os participantes das oficinas, suas famílias e a equipe da UBS. Durante todo o período o idoso continuará com as consultas médicas de rotina, para que o médico acompanhe de perto toda a sua evolução física e mental.

Avaliação e monitoramento

Avaliaremos os resultados a partir da frequência dos idosos nos determinados dias do projeto que dependendo de sua aceitação serão mantidos ou modificados.

RESULTADOS ESPERADOS

Acredita-se que com projetos de atividades paralelas à intervenção médica pode-se melhorar a saúde geral do idoso, ocupar seu tempo e disponibilizar apoio, que pode ser fundamental nessa fase da vida.

Almeja-se para o trabalho na atenção básica sob a Estratégia de Saúde da Família uma adequada abordagem da pessoa idosa. Busca-se a necessária compreensão do envelhecimento como um processo benigno e não patológico.

Espera-se através dessas intervenções obter-se aceitação por parte da população, uma frequência que mais de 50% nos grupos de apoio, enfim uma aproximação da comunidade com a Unidade Básica de Saúde. Queremos não apenas a presença do idoso, mas de toda a sua família.

A melhora da qualidade de vida, a diminuição das hospitalizações, a queda nos índices de depressão e o aumento da expectativa de vida é o que se espera dos pacientes alvos desse projeto.

CRONOGRAMA

Atividades	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev
Elaboração do projeto	X	X	X	X		
Aprovação do projeto				X	X	
Estudo na Literatura	X	X	X	X	X	X
Revisão final e digitação					X	
Entrega do trabalho					X	
Socialização do trabalho						X