

INTERVENÇÃO EDUCATIVA COM IDOSOS PORTADORES DE ARTROSE ASSISTIDOS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DA COMUNIDADE DE TUCUS-PIAUI

Marta Helena Martins Cunha¹
Leila Leal Leite²

RESUMO

Os idosos portadores de Artrose da comunidade de Tucuns-PI não são bem assistidos pela Equipe de Estratégia de saúde da Família (ESF) deixando essa população vulnerável as complicações da doença (dor, rigidez articular, edemas, deformidades e incapacidade de movimentos). Os objetivos geral e específicos são: formular estratégias educativas e informativas com a ESF, idoso e família para reduzir o impacto da artrose na comunidade, mostrar a importância da família nos cuidados da saúde do idoso como um todo. A Artrose é uma doença articular que afeta qualquer pessoa, principalmente os idosos acima de 60 anos de idade. A situação problema da comunidade é o baixo conhecimento sobre a Artrose e seus agravos, dificuldade da família para cuidar do idoso com a doença, falta de tratamento e acompanhamento contínuo aos idosos com doenças crônicas, em especial a Artrose para dar mais qualidade de vida aos idosos com Artrose formulamos ações/estratégias como; levar conhecimento a população sobre a artrose e suas limitações, mais acessibilidade aos serviços de saúde através da ESF no prazo de 90 dias. O presente trabalho mostra que a principal queixa dessa população de idosos é a falta de tratamento e acompanhamento contínuo por parte dos serviços de saúde do município; dificuldade em lidar com a doença e seus agravantes, deixando-os incapacitados de realizar as suas atividades de vida diária.

Palavras-chaves: Artrose. Idosos. Articulações.

ABSTRAC

The elderly with arthrosis in the community of Tucuns-PI are not well assisted by the Family Health Strategy Team (ESF), leaving this population vulnerable to complications of the disease (pain, joint stiffness, edemas, deformities and inability to move). The general and specific objectives are: to formulate educational and informational strategies with the ESF, the elderly and the family to reduce the impact of arthrosis in the community, to show the importance of the family in the health care of the elderly as a whole. Arthritis is a joint disease that affects anyone, especially the elderly over 60 years of age. The problem situation of the community is the low knowledge about arthrosis and its aggravations, family difficulties to care for the elderly with the disease, lack of treatment, and continuous follow-up for the elderly with chronic diseases, especially arthrosis to give better quality of life to elderly with arthrosis formulated actions / strategies such as; make the population aware about arthrosis and its limitations, more accessibility to health services through the FHS within 90 days. The present study shows that the main complaint of this elderly population is the lack of treatment and continuous monitoring by the health services of the municipality; difficulty in dealing with the disease and its aggravating factors, leaving them unable to carry out their activities of daily living.

Keywords: Arthrosis. Elderly. Joints.

¹ Graduada em Fisioterapia e pós-graduanda da Especialização em Saúde da Família e Comunidade pela UNASUS-UFPI

² Graduada em Enfermagem pela faculdade de Saúde, Ciências Humanas e tecnológicas do Piauí (UNINOVAFAPI); pós-graduanda em nível de Mestrado Profissional em Gestão Pública pela UFPI e Tutora-Orientadora da Especialização em Saúde da Família e Comunidade pela UNASUS-UFPI

1 INTRODUÇÃO

1.1 Análise de situações problemas do território

Tucuns é uma comunidade pacata localizada a 38km do município de Uruçuí-PI, fica às margens do rio Parnaíba. Dados registrados do município, em 2017, a população é constituída por aproximadamente 400 habitantes, 15% dessa população é de idosos, ou seja, 60 deles, onde 12% são de portadores de Artrose com em qualquer tipo de articulação, um índice considerado bastante elevado e 18% de hipertensos e 13% diabéticos.

Segundo pesquisa epidemiológica na comunidade de Tucuns, os fatores determinantes e condicionantes para desenvolvimento e aparecimento de várias doenças são: precariedade de moradia, falta de água tratada, ou seja, falta de saneamento básico, deficiência na saúde, alimentação e educação de qualidade, dificuldade de transporte e baixa renda.

A Unidade Básica de Saúde (UBS) dessa localidade não conta com uma cobertura de abrangência com serviços de referência e contrarreferência, tendo que os pacientes serem removidos para o Hospital Regional Senador Dirceu Acorverde na cidade de Uruçuí-PI, quando é necessário fazer qualquer tipo de procedimento sobre as doenças crônicas principalmente a Artrose (tomar medicamentos, fisioterapia, Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea - TENS, Ultrassom), o que não pode ser feito na UBS local.

A UBS de Tucuns não é bem assistida pelos serviços de saúde da Estratégia de Saúde da Família (ESF), equipe de múltiplos profissionais, o que faria toda a diferença. A localidade conta apenas com uma técnica de enfermagem e um ACS diariamente, os demais profissionais raramente aparecem (Médico, Dentista, Psicólogo, Fisioterapeuta, Enfermeiro).

No dia-a-dia são atendidos pela técnica de enfermagem dentro do que for possível ficando assim, vulneráveis a outras doenças adjacentes. Um dos problemas de saúde acometidos aos idosos na Comunidade de Tucuns a artrose. Essa é uma doença é uma das mais impactantes na saúde dos idosos, em virtude do grande número de queixas e sintomas nos pacientes acometidos (dor, rigidez articular, inchaço, incapacidade de mobilização) que dificulta a realização de suas Atividades de Vida Diária (AVDs), conforme a realização da análise da situação diagnóstica junto aos idosos assistidos na UBS de Tucuns.

Durante essa análise, ou seja, a realização de busca ativa, obteve-se informações de que a maioria dessa população reclama da falta de médico, de medicamentos, de fisioterapia, e de um acompanhamento contínuo que possa amenizar o sofrimento desses

indivíduos. A partir dessa situação, percebeu-se a necessidade de realizar um projeto de intervenção educativa que envolva o conhecimento, a conscientização desses idosos sobre a artrose e seus agravos.

Justifica-se a realização desta pesquisa ao observar o quanto essa população de idosos são totalmente carentes de assistência médica, desassistidos pelo Serviço de Saúde Pública do Município, a mercê de ajuda de vizinhos sensibilizados com a dor e o sofrimento desse povo. Desta forma, o objeto de estudo são os idosos acometidos de artrose e assistidos na UBS da comunidade de Tucuns no Piauí.

1.2 OBJETIVOS

Objetivo Geral

Formular estratégias educativas e informativas com a equipe da Estratégia da Saúde da Família (ESF) juntamente com os familiares e idosos, para redução dos impactos da artrose na comunidade de Tucuns-PI.

Objetivos Específicos

- Integrar a equipe da Estratégia da Saúde da Família com os idosos e seus familiares
- Conscientizar o idoso das limitações e agravos da artrose
- Mostrar a importância da participação da família no tratamento do idoso como um todo.

2 REVISÃO DA LITERATURA

A Osteoartrose (AO) é uma doença que prevalece nas pessoas ultimamente, não tem idade específica, qualquer pessoa pode ter a doença, principalmente os idosos acima de 60 anos de idade, devido os desgastes das articulações com o passar dos anos (COIIMBRA *et al.* 2004).

Segundo Laurindo *et al.* (2004), o diagnóstico depende da associação de uma série de sintomas e sinais clínico, achados laboratoriais e radiográficos. Conforme o Aloysio João Fellet (2004), os sintomas mais evidentes da artrose são: dor articular, rigidez matinal, edema e deformidade, perda da função, insegurança e instabilidade.

Fellet *et al.* (2004) afirma que os fatores de riscos da Artrose são. Obesidade, idade acima de 60 anos, sexo feminino, pois possuem maior prevalência de trauma (lesões ou instabilidade articular).

Os tipos de tratamento são farmacológicos, deve ter um acompanhamento dos profissionais da área da saúde, pois o medicamento por si só não é o bastante para a resolução do problema, sendo os mais prescritos os anti-inflamatórios e analgésicos (LAURINDO *et al*, 2004).

Tratamento não farmacológico- conscientização do paciente sobre a doença e suas limitações, terapia ocupacional, palestras educativas e informativas, prática de exercícios físicos, que é de grande importância para melhorar a funcionalidade articular e desempenho nas AVDs (COIMBRA *et al*, 2004).

Os idosos merecem cuidado e atenção especial por parte dos familiares e equipe multidisciplinar de saúde principalmente os portadores de doenças crônicas, diabetes, hipertensão e especial a artrose, por ser uma doença que causa muita dor e incapacidade de movimentos dos mais simples aos mais complexos (escovar os dentes, se alimentar, tomar banho e até mesmo deambular).

A família é o pilar fundamental para melhor qualidade e longevidade de vida do seu ente querido. Os familiares têm que procurar adaptar a casa conforme às necessidades do paciente, para evitar quedas, ter uma alimentação adequada, boa higienização da casa e do idoso, medicação na hora certa e acompanhamento contínuo do tratamento programado pela ESF.

A Equipe multidisciplinar deve interagir com os familiares e paciente, realizando palestras educativas e informativas, mostrando para eles que é possível conviver com a doença normalmente, desde que sejam assistidos continuamente e com o tratamento adequado.

É possível trazer essa população para o convívio da sociedade, podendo assim fazer com que eles se sintam bem, sem preconceito e discriminação. A terapia ocupacional é de grande relevância, pois dar prazer em realizar tarefas artesanais, grupo de orações, roda de conversas, entre outros.

A Fisioterapia é de grande eficácia para o tratamento do idoso com artrose, pois fortalece e alonga os grupos musculares afetados e adjacentes, diminui a dor e a rigidez nas articulações, melhora a postura, reduzindo, portanto a progressão da doença.

3 PLANO OPERATIVO

Situação Problema	Objetivos	Metas/Prazos	Ações/Estratégias	Responsáveis
Baixo conhecimento do idoso sobre a doença. (Artrose)	Aumentar o nível de conhecimento do idoso sobre a artrose e seus agravos	Aumento do nível de conhecimento dos idosos sobre a doença e suas capacidades para levar uma vida normal dentro das suas limitações. 90 dias	Realizar palestras educativas e informativas sobre artrose. Realizar roda de conversas sobre a temática.	Marta Helena Martins Cunha – Fisioterapeuta e Equipe da Saúde da Família (ESF)
Dificuldade dos familiares por não saber cuidar do portador da artrose.	Mostrar para os familiares a importância dos cuidados com o idoso com artrose e suas limitações.	Participação da família no acompanhamento do idoso com artrose. 60 dias	- Propor mudança do estilo de vida dos idosos com a família por meio de terapias lúdicas, realização de caminhadas e participação de grupo de orações.	Marta Helena Martins Cunha – Fisioterapeuta e Equipe da Saúde da Família (ESF)
Falta de acompanhamento da equipe da estratégia da saúde da família (ESF) na saúde do idoso com artrose.	Melhorar o desempenho da equipe (ESF) no acompanhamento por idosos portadores de doenças crônicas, hipertensão, diabetes, artrose.	Integração da equipe da ESF a família dos idosos com mais participações nas visitas domiciliares (acompanhamento contínuo) 50 dias.	Fortalecer o vínculo entre a equipe (ESF), família e idosos para um tratamento mais eficaz e relevante, melhorando assim a sua qualidade de vida através de visitas domiciliares.	Marta Helena Martins Cunha – Fisioterapeuta e Equipe da Saúde da Família (ESF)

4 PROPOSTA DE ACOMPANHAMENTO E GESTÃO DO PLANO

Na busca ativa realizada em domicílio na comunidade de Tucuns, os problemas que mais contribuem para a evolução da Artrose nos idosos de Tucuns-PI, são: baixo conhecimento sobre a doença e seus agravos, dificuldades dos familiares por não saberem lidar com o idoso portador da doença, artrose, falta de acompanhamento da equipe de ESF na saúde do idoso como um todo.

Por isso, a equipe de ESF tem como objetivos, melhorar o nível de conhecimento do idoso sobre a doença, mostrar para os familiares a importância dos seus cuidados para com o idoso e aprimorar o desempenho da equipe no acompanhamento contínuo a esses idosos portadores de artrose.

Para isto, temos metas e prazos a cumprir: fazer com que o idoso aprenda a conviver com a artrose e suas limitações, aumentar a participação da família nos cuidados aos idosos acometidos pela artrose, integrar a equipe de ESF à família do idoso, com visitas domiciliares, realização de palestras educativas e informativas, mudando assim o estilo de vida do idoso com a família, brincadeiras lúdicas (jogos, rodas de conversa, grupo de orações, etc), fortalecendo assim um vínculo maior entre a equipe de ESF e familiares e idosos, para que o tratamento seja mais eficaz, melhorando assim a sua qualidade de vida (familiares e idoso). Uma das estratégias mais importantes é o diálogo com os idosos, o esclarecimento sobre a artrose e seus agravos, para que eles se sintam capazes de buscarem assistência necessária junto ao ESF.

Em se tratando da família, cabe a ela fazer mudanças a alguns compartimentos da casa, retirar batentes, colocar rampas e corrimão para facilitar a deambulação dos idosos, aumentar a largura das portas para a passagem segura de cadeira de rodas. É possível melhorar a alimentação (conforme suas possibilidades) com a ajuda de uma nutricionista. Dar a medicação no horário correto e nunca se automedicar. A família deve também, sempre que puder estimulá-los a fazer caminhada, conversar com o vizinhos e amigos, participar de grupos de orientação, o que melhorará muito a sua condição física e psicológica.

Os cuidados com a saúde dos idosos deve ter como premissa o controle alimentar, respeito às rotinas e hábitos pessoais, desenvolvimento das atividades cotidianas, atividades físicas e acompanhamento médico. Ao contrário do que se pensa, as famílias continuam sendo a principal fonte de sustento dos idosos, as primeiras que os socorrem quando necessário.

5 CONCLUSÃO

Diante do objeto de estudo, foi realizado uma abordagem dos conceitos fundamentais relacionados a Doenças Crônicas Degenerativas como a Artrose, a elaboração de um plano de ação que vise reduzir os impactos da artrose da idosos do Tucuns. As estratégias para o planejamento das ações foram estabelecidas de modo que venham trazer benefícios através do conhecimento com palestras educativas, informativas, buscando conhecer a doença e suas limitações. Poucos conhecem a doença e por este motivo não procuram ajuda necessária dos serviços de saúde local.

O presente trabalho mostrou que a principal queixa da maioria dos idosos sobre a artrose é a falta de acessibilidade dos serviços de saúde do município, portando dificulta o tratamento da doença pela falta do conhecimento sobre ela e seus agravantes (dor, rigidez articular, inchaço, deformidades) que os levam a incapacidade de realização de suas atividades diárias.

REFERÊNCIAS

COIMBRA, I.B. *et al.* Osteoartrite (artrose): tratamento. **Revista Brasileira de Reumatologia**. [online]. 2004, vol.44, n.6, pp.450-453.

LAURINDO, I.M.M *et al.* Artrite reumatóide: diagnóstico e tratamento. **Revista Brasileira de Reumatologia**. [online]. 2004. Volume 44, nº 6, p.435-442.

FELLET, A. J. *et al.* Osteatrose (artigo de revisão). **Revista Brasileira de Medicina**. 2004. Volume 4, nº 16, p. 122-127.