



EXPERIÊNCIA DE DISCENTES DE ENFERMAGEM FRENTE À PROMOÇÃO DE SAÚDE PARA UM GRUPO DE IDOSOS

*Manoelise Linhares Ferreira Gomes**

Sued Magalhães Moita

Amanda Gomes Barros Maia

Isabelle Frota Ribeiro Queiroz

Maria Eunice Nogueira Galeno

Francisco José Maia Pinto

DOI: <https://doi.org/10.23901/1679-4605.2022v18n1p484-498>

RESUMO

Objetivo: Descrever a experiência de discentes de enfermagem frente à promoção da saúde para um grupo de idosos. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência acerca de pesquisa em um Centro de Saúde da Família por discentes de Enfermagem em uma Instituição de Ensino Superior Pública do Ceará. Participaram das 15 abordagens grupais, 20 idosos na faixa etária de 60 a 73 anos. **Resultados:** O planejamento dos grupos foi estabelecido de acordo com as condições de saúde preexistentes dos idosos. Optou-se por abordagens grupais implementando metodologias ativas com o intuito de favorecer habilidades sociais inerentes às Atividades Básicas de Vida Diária. As intervenções basearam-se nas temáticas Artrite Reumatóide; Alimentação Saudável; Psicomotricidade; Hipertensão Arterial Sistêmica; Diabetes Mellitus; Processo de Envelhecimento; Quedas; Depressão; Cognição; Memória; Humor; Musicalização; Saúde Espiritual; Comunicação; História de Vida de Idosos e Nutrição Saudável. **Conclusão:** As metodologias ativas não somente tornaram o processo educativo atrativo e lúdico, como também fortaleceram o vínculo entre discentes de enfermagem e idosos, e notabilizaram a coparticipação dos idosos no processo saúde e doença.

Palavras-chave: Promoção de saúde. Idoso. Atividades cotidianas. Enfermagem.

EXPERIENCE OF NURSING STUDENTS IN HEALTH PROMOTION FOR A GROUP OF PEOPLE

ABSTRACT

Objective: To describe the experience of nursing students an activity to promote the health of a group of elderly people. **Methods:** This descriptive study was research undertaken in a family health center by nursing students of a public higher education institution in Ceará. Twenty elderly persons aged between 60 and 73 years participated in the 15 group approaches. **Results:** The planning of groups was established according to the pre-existing health conditions of the elderly individuals. The group approaches adopted involved the

*Mestranda em Saúde da Família pela UFC. Contato: manoelselfg@gmail.com

implementation of active methodologies, with the aim of improving social skills inherent to the basic activities of daily living. The interventions were carried out based on the following themes: Rheumatoid arthritis; Healthy eating; Psychomotricity; Systemic arterial hypertension; Diabetes mellitus; Aging process; Falls; Depression; Cognition; Memory; Humor; Music therapy; Spiritual health; Communication; Elderly life history; Healthy nutrition. Conclusion: The active methodologies transformed the educational process into something attractive and entertaining, strengthened bonds between the nursing students and the elderly, and highlighted the co-participation of elderly in addressing issues of health and disease.

Keywords: Health promotion. Elderly people. Activities of daily living. Nursing.

EXPERIENCIA DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA CON LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN UN GRUPO DE ANCIANOS

RESUMEN

Objetivo: Describir la experiencia de estudiantes de enfermería sobre la promoción de la salud en un grupo de ancianos. Métodos: Se trata de un estudio descriptivo, sobre un informe de experiencia sobre una investigación realizada en un Centro de Salud de la Familia por estudiantes de enfermería de una Institución de Educación Superior pública de Ceará. Veinte ancianos de entre 60 y 73 años participaron en los 15 abordajes grupales. Resultados: La planificación de grupos se estableció de acuerdo con las condiciones de salud preexistentes de los ancianos. Optamos por enfoques grupales, implementando metodologías activas, con el objetivo de favorecer las habilidades sociales inherentes a las Actividades Básicas de la Vida Diaria. Las intervenciones se realizaron con base en los temas: Artritis reumatoide; Alimentación saludable; Psicomotricidad; Hipertensión arterial sistémica; Diabetes mellitus; Proceso de envejecimiento; Caídas; Depresión; Cognición; Memoria; Humor; Musicalización; Salud espiritual; Comunicación; Historia de vida de los ancianos y nutrición saludable. Conclusión: Las metodologías activas transformaron el proceso educativo en algo atractivo y lúdico, fortalecieron el vínculo entre los estudiantes de enfermería y los ancianos, y destacaron la coparticipación de los ancianos en el proceso de salud y enfermedad.

Palabras clave: Promoción de la salud. Anciano. Actividades cotidianas. Enfermería.

INTRODUÇÃO

A redução das taxas de fecundidade e mortalidade no Brasil nas últimas décadas tem favorecido o processo de envelhecimento populacional. Diante da transição demográfica e novo perfil epidemiológico dessa população, os enfermeiros desempenham a Prática Avançada de Enfermagem (PAE) mediante cuidados especializados para otimizar os serviços e qualificar a assistência por meio dos indicadores de saúde. Nesse sentido, promover cuidados em saúde para a população idosa exige *expertise* na implementação de ações baseadas em evidências, sendo respeitadas as necessidades neurofisiológicas dessa fase etária. Assim, é pertinente propor estratégias que oportunizem melhorias na

qualidade de vida, por meio de uma assistência efetiva e resolutive, com foco no envelhecimento ativo e saudável ([SILVA *et al.*, 2021](#)).

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população brasileira ganhou 4,8 milhões de idosos desde 2012, superando a marca dos 32,9 milhões em 2019. A tendência de envelhecimento populacional vem se mantendo e o número de pessoas com mais de 60 anos no país já é superior ao de crianças com até nove anos de idade ([PREVIVA, 2021](#)). No estado do Ceará, a população idosa cresceu 61% no período de 2000 a 2010, o que representa 12,6% da população total do estado. Esse número evidencia o Ceará como a quinta unidade da federação com maior percentual de pessoas com 60 anos ou mais ([FORTALEZA, 2021](#)).

Destaca-se a importância da Educação em Saúde no primeiro nível de atenção que propicia a reflexão acerca da promoção da saúde, necessidades de cuidado, adesão ao tratamento integral e visibilidade do exercício profissional de Enfermagem como mediador da assistência à população idosa ([CARVALHO, 2020](#)). É nesse contexto que a formação acadêmica dos enfermeiros está inserida, pois constrói as competências necessárias para o desempenho eficiente de suas funções ([MOREIRA *et al.*, 2018](#)), bem como gera impacto nas políticas públicas e financiamento em saúde, observando-se que reduz gastos relacionados aos agravos e hospitalizações nessa fase etária.

Segundo [Sarris *et al.* \(2019\)](#), a matriz curricular dos cursos da saúde tem apresentado ensino insatisfatório, sendo necessário aperfeiçoar os conhecimentos dos discentes por meio de ações extensionistas, a fim de complementar os saberes técnico-científicos. Dessa forma, justifica-se o presente estudo a partir da efetividade dos cuidados gerontológicos propiciados mediante abordagens grupais na Atenção Primária à Saúde (APS), tendo em vista os condicionantes e determinantes envolvidos no processo saúde e doença, na perspectiva integradora de saberes populares, científicos e na devolutiva em saúde à comunidade.

O presente estudo teve como objetivo descrever a experiência de discentes de enfermagem frente à promoção da saúde em um grupo de idosos.

MÉTODO

Estudo qualitativo, descritivo, acerca de um relato de experiência, desenvolvido em um Centro de Saúde da Família (CSF) por discentes de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES) Pública, localizada na região norte do Ceará, no período de janeiro a abril de 2019, a partir das vivências do módulo de Práticas Interdisciplinares em Ensino, Pesquisa e Extensão III (PIEPE III).

Participaram das 15 abordagens grupais 20 idosos na faixa etária de 60 a 73 anos. Os grupos de idosos, implementados nos CSFs, configuram-se como ferramenta de promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos. Viabilizados mediante tecnologia acessível, favorecem a socialização e ludicidade por meio de ações educativas em saúde ([SCHOFFEN; SANTOS, 2018](#)), subsidiadas pela Política Nacional da Atenção Básica (PNAB).

Constituído com foco nas práticas corporais, o grupo Renascer com Cristo na Melhor Idade é desenvolvido a partir de atividades psicomotoras, valências físicas e ações de Educação em Saúde, tendo como prioridade a preservação da autonomia e independência dos participantes, bem como promoção de habilidades sociais.

O planejamento dos grupos foi estabelecido de acordo com as condições de saúde preexistentes dos idosos. Optou-se, assim, por ações educativas relacionadas aos sistemas funcionais, à cognição, ao humor, à mobilidade e à capacidade comunicativa. Para o desenvolvimento das abordagens grupais, foram implementadas metodologias ativas, com o intuito de favorecer habilidades sociais inerentes às Atividades Básicas de Vida Diária (AVD).

A escolha das intervenções partiu da escuta dos participantes, conforme seus interesses e necessidades de aprendizagem, de acordo com as temáticas Artrite Reumatóide; Alimentação Saudável; Psicomotricidade; Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS); Diabetes Mellitus (DM); Processo de Envelhecimento; Quedas; Depressão; Cognição; Memória; Humor; Musicalização; Saúde Espiritual; Comunicação; História de Vida de Idosos, como forma de valorização de experiências pessoais e Nutrição saudável, conforme Quadro 1.

Quadro 1. Intervenções educativas com tema, objetivo e metodologias realizadas com idosos do Grupo Renascer com Cristo na Melhor Idade, Sobral - CE, 2019.

Intervenção	Tema	Objetivo	Metodologia
01	Artrite reumatoide (AR)	Compreender o impacto da AR na qualidade de vida dos idosos	Atividade ludo-pedagógica com figuras
02	Alimentação saudável	Oportunizar reflexões sobre os benefícios da alimentação na saúde	Jogo de Tabuleiro
03	Psicomotricidade	Favorecer consciência corpórea através de exercício físico	Ritmize: aula de dança
04	Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS)	Refletir sobre as informações científicas e saberes comunitários no cuidado à HAS	Jogo de Mitos e Verdades
05	Diabetes Mellitus (DM)	Conscientizar sobre os riscos relacionados aos elevados índices glicêmicos	Raspadinha "DiaMelli"*
06	Processo de envelhecimento	Discutir os marcos do envelhecimento relacionados às Atividades de Vida Diária (AVDs)	Círculo de Cultura, de Paulo Freire
07	Quedas	Contribuir com o reconhecimento dos fatores intrínsecos e extrínsecos que causam quedas	Manual de Prevenção de Quedas da Pessoa Idosa

08	Depressão	Avaliar a prevalência de depressão entre os idosos do grupo	Escala de Depressão Geriátrica de Yesavage
09	Humor	Proporcionar ludicidade dando outras funções e significados a objetos	Oficina “Homenagem a Magrite”
10	Memória	Estimular o autocuidado a partir da consciência sobre a importância dos cinco sentidos	Jogo da Velha Humano
11	Cognição	Otimizar a cognição e o interesse virtual mediante jogo eletrônico	Show do Milhão virtual
12	“EsperançaArte”	Viabilizar a expressão de sentimentos por meio de canções	Musicalização
13	Saúde espiritual	Promover troca de experiências sobre a espiritualidade	Varal da Espiritualidade
14	Ansiedade	Refletir sobre os níveis de ansiedade entre idosos	Caixa de Pandora com pinturas e colagem
15	Comunicação	Favorecer habilidades sociais e comunicativas	Tenda do Conto

Fonte: Elaborado pelos pesquisadores (2019).

A atividade sobre AR foi planejada de acordo com o relato dos participantes frente a suas necessidades de saúde. No encontro sobre alimentação saudável, oportunizou-se a troca de conhecimentos prévios sobre as propriedades nutritivas essenciais para a ingestão dos alimentos, bem como a associação destes com a promoção da qualidade de vida no envelhecimento.

A psicomotricidade foi observada mediante postura, coordenação motora e força dos idosos diante dos movimentos extensores e flexores, além dos relacionados à marcha, adução e abdução. Quanto à metodologia aplicada para o tema HAS, viabilizaram-se esclarecimentos sobre o uso de substâncias psicotrópicas por hipertensos, bem como a sintomatologia e os principais órgãos acometidos pela doença.

A abordagem grupal sobre a DM foi implementada por meio de raspadinha elaborada com perguntas e respostas em múltipla escolha. Os participantes foram divididos em cinco grupos, sendo disponibilizada uma raspadinha para cada. Venceu o grupo que acertou mais

questões. Somou-se a isso a discussão dialógica sobre o envelhecimento, no encontro subsequente, que foi propiciado pelo Círculo de Cultura. Utilizou-se caixa com tarjetas de papel, nas quais foram escritas frases sobre o que é ou não esperado no processo de envelhecimento, a exemplo de: “*É normal a força diminuir com o avançar da idade e, por isso, não se conseguir realizar atividades domésticas*”.

Na atividade sobre quedas, os participantes elencaram os possíveis riscos associados a esses eventos no cotidiano. Em seguida, correlacionaram as gravuras do material didático aos riscos evidenciados.

Acrescentaram-se, nos dois encontros posteriores, as temáticas depressão e humor. A primeira foi desenvolvida a partir de *emojis*, sendo disponibilizados um com rosto feliz e outro com a face triste. Os facilitadores fizeram perguntas e os idosos levantaram o *emoji* correspondente ao sentimento predominante no momento. Para a abordagem sobre humor, utilizou-se um boneco de pelúcia na dinâmica intitulada “Homenagem a Magrite”. Nessa, os idosos foram instigados a agregar funções e significados ao objeto escolhido. O grupo que conseguiu elencar o maior quantitativo de características venceu a dinâmica.

No grupo sobre memória, o Jogo da Velha Humano foi implementado a partir de cartas numeradas de 01 a 50, com frases sobre os cinco sentidos. Os participantes foram divididos em dois grupos, representados pelas cores vermelho e amarelo. Os facilitadores elaboraram contas matemáticas com até três dígitos e os jogadores tentaram responder. Ao acertarem, os idosos escolheram cartas, nas quais havia ações de autocuidado que deveriam ser executadas pelos jogadores. Ao conseguir, o(a) idoso(a) se direcionou ao jogo. Ao final, o grupo que conseguiu completar a sequência de três primeiro, venceu o jogo.

Quanto à cognição, a metodologia aplicada foi o Show do Milhão. Adaptado à realidade virtual, mediante aplicativo móvel de mensagens instantâneas em *smartphone*, o jogo foi apresentado por meio do datashow. Os idosos foram divididos em quatro grupos e responderam questionamentos sobre temas transversais, a exemplo de política, ética, meio ambiente e publicidade.

O tema “esperançArte” contou com atividade de musicalização por meio de tarjetas de papel com palavras aleatórias escritas. Organizadas dentro de uma caixa, foram retiradas pelos idosos que estavam dispostos em círculo. Em seguida, estes cantaram músicas com letras que tinham a palavra escolhida, a fim de gerar esperança entre pares. Ao percebermos a espiritualidade de alguns idosos no grupo sobre saúde espiritual, foi solicitado que os participantes levassem fotos de momentos felizes, oportunizados pela experiência com o sagrado. Estas foram dispostas em um varal, proporcionando o compartilhamento de lembranças.

Com o intuito de refletir sobre a ansiedade ocasionada pelas dificuldades enfrentadas no cotidiano dos idosos, sobretudo ao serem executadas Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), os discentes organizaram a atividade “Caixa de Pandora”, na qual foram colocadas gravuras em preto e branco. Os participantes pintaram os desenhos e, com o auxílio de tesouras, cortaram-nos ao meio, entregando metade da figura para os colegas. Depois, cada idoso(a) ficou com duas metades distintas e propiciou-se um diálogo sobre a complementaridade das diferenças.

Para o tema “comunicação”, o espaço foi preparado com vários objetos dispostos no chão, os quais os participantes escolheram de acordo com sua preferência, associando-os com as diferentes fases do ciclo de vida, a saber, infância, adolescência, fase adulta e

envelhecimento. A discussão dialógica foi permeada de emoções a partir da frase “Eu sou você amanhã”.

Em razão do caráter de relato de experiência, este estudo não necessitou de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. Contudo, observou todas as recomendações da Resolução nº 466/12, do Conselho Nacional de Saúde ([BRASIL, 2012](#)).

RESULTADOS

Realizaram-se 15 encontros grupais, sendo do sexo feminino a maioria dos participantes, 17 (85%). A implementação das ações educativas oportunizou a socialização e a troca de experiências entre os participantes e proporcionou o fortalecimento do vínculo com os facilitadores e a equipe da Estratégia Saúde da Família (ESF) da instituição, configurando-se como promotora de saúde dos membros do grupo.

A seguir, apresenta-se o plano educativo efetivado junto aos idosos no grupo Renascer com Cristo na Melhor Idade, no CSF.

Artrite reumatoide

Percebeu-se que cinco participantes (25%) possuíam AR e relataram dor, desconforto e limitações ocasionadas pela doença.

Os idosos estavam atentos à dinâmica e puderam sanar dúvidas com os facilitadores acerca, por exemplo, do tratamento e adaptação à rotina, de como prevenir o desconforto e/ou aliviar a dor, sobretudo em consequência dos movimentos cotidianos durante as atividades domésticas.

Alimentação saudável

Durante o jogo, os idosos estavam animados com a metodologia ativa e afirmaram lembrar das brincadeiras de infância.

O diálogo síncrono sobre casos clínicos relacionados à desnutrição e à obesidade viabilizou a orientação acerca de hábitos alimentares saudáveis sem, contudo, desconsiderar as vulnerabilidades social e financeira dos participantes.

Psicomotricidade

A aula de dança proporcionou socialização entre os envolvidos. Inferiu-se que sete idosos (35%) apresentaram óbices quanto à mobilidade dos membros inferiores. Nesse sentido, após a atividade, foram realizadas orientações sobre a importância do acompanhamento interdisciplinar em saúde, com o intuito de promover a autonomia e independência no envelhecimento.

Hipertensão Arterial Sistêmica

Após escutar os idosos, notou-se que cinco deles (25%) eram hipertensos. Evidenciou-se, durante a tecnologia educativa, que o público feminino demonstrou curiosidade, em detrimento do masculino, que expressou timidez. Averiguou-se, ainda, maior compreensão da temática pelas mulheres.

Diabetes Mellitus

Dentre os idosos, nove (45%) eram diabéticos. Ao final da dinâmica, o grupo com maior quantitativo de acertos ganhou. De modo geral, os integrantes apresentaram conhecimento adequado e demonstraram sensibilização sobre a temática, constatada mediante empatia expressa entre pares.

Processo de Envelhecimento

Observou-se interação entre os idosos à medida que a caixa passava pelas mãos e o diálogo era oportunizado. A partir dessa experiência, os discentes de Enfermagem enfatizaram a importância da responsabilização de cada idoso frente à promoção do seu envelhecimento ativo e saudável.

Quedas

A percepção dos idosos, bem como o reconhecimento dos possíveis agravos à saúde, favoreceu o raciocínio crítico sobre a temática e a troca de experiências individuais e das coletividades pertencentes ao grupo. Constatou-se a participação qualitativa dos idosos no diálogo síncrono, bem como *feedback* positivo na avaliação da abordagem grupal.

Depressão

Observou-se, a partir da Escala de Depressão Geriátrica de Yesavage, que três integrantes do grupo (15%) estavam com o humor debilitado. Constatou-se que os idosos não apresentaram distúrbios de humor, e os resultados dessa atividade foram utilizados para nortear os objetivos dos encontros subsequentes.

Humor

Verificou-se que, além de entretenimento, os idosos desenvolveram a criatividade e habilidade imaginativa.

Memória

As principais dúvidas evidenciadas durante a atividade foram associadas às contas com números múltiplos de quatro, nas operações de multiplicação e divisão. Apesar das dificuldades por tentarem responder rápido, os participantes se divertiram.

Cognição

Durante a dinâmica, conhecimentos prévios e saberes populares foram complementares, e, mesmo sem prevalência de elevada escolaridade, houve parcela significativa de acertos entre os idosos. Eles se sentiram estimulados e permaneceram com participação ativa durante o encontro.

EsperançaArte

Ao lerem a descrição das tarjetas, os idosos cantaram músicas, nas quais a palavra estava contida. Percebeu-se integração entre pares, além de alegria e descontração, configurando-se a estratégia como promotora de saúde mental e esperança.

Saúde Espiritual

Como contribuições da ação educativa, os idosos relataram esperança ao recordarem que, nos atos de fé, há a sensação de não estarem sozinhos(as) e poderem contar com a proteção de Deus, o que favorece a saúde mental frente à senescência, ou seja, aos processos fisiológicos e inabilidades decorrentes do envelhecimento.

Ansiedade

A partir da Caixa de Pandora, viabilizou-se conversa terapêutica e os idosos compreenderam que, independentemente dos acontecimentos, há sempre duas versões distintas, com possibilidade para escolha. O envelhecimento não é somente a dependência de outras pessoas, mas oportunidade para cada um(a) reavaliar conceitos e condutas diante dos acontecimentos e ser grato(a) pelo dom da vida. Após discussão dialógica, os participantes avaliaram de forma satisfatória a abordagem grupal.

Comunicação

Verificou-se sensibilização e empatia entre pares. Desse modo, a atividade configurou-se como prática integrativa e, além de alcançar o objetivo proposto, oportunizou o cuidado coletivo.

DISCUSSÃO

A partir dos achados deste estudo, averiguou-se, sobre a AR, relatos de dor crônica e desconforto nos movimentos executados por parte dos idosos, coincidindo com o estudo de [Ornela *et al.* \(2020\)](#), o qual evidenciou que, além de comprometer a cinesia, ela desencadeia insônia em alguns doentes. Sabe-se que a mobilidade está diretamente relacionada às AVDs e que a presença de estresse e sintomas depressivos está associada à privação do sono ([IROLDI *et al.*, 2020](#)). A AR corrobora não somente com o desgaste físico, mas, também, mental dos idosos, já que estes tendem a ficar com o humor debilitado frente à má qualidade de descanso e à dependência de terceiros na execução das AVDs. Assim, é de extrema importância a disseminação de práticas que minimizem a dor e, desse modo, preservem o bem-estar, a liderança e a autonomia do idoso.

Com relação à alimentação saudável, observou-se neste estudo o interesse e o ânimo do grupo diante do jogo de tabuleiro, o que viabilizou aprendizado sobre uma dieta equilibrada. Além de comprometer negativamente a nutrição do idoso, processo já afetado em decorrência das alterações anatômicas e funcionais na terceira idade ([VIEIRA; LIMA, 2021](#)), a alimentação não saudável é um dos principais fatores de risco modificáveis para o surgimento e o agravamento das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT)

([FRANCISCO et al., 2019](#)), como a HAS e a DM apresentadas por alguns idosos. Dessa forma, a atividade lúdica, atraente ao olhar dos participantes, configura-se como metodologia adequada para prevenir as DCNT e os seus agravos, bem como as carências nutricionais, pois desperta o autocuidado com os hábitos alimentares mediante a promoção de informações, o que também pode atenuar as consequências oriundas das mudanças anatomofuncionais no envelhecimento.

No contexto da psicomotricidade, verificou-se a existência de barreiras no movimento dos membros inferiores durante a dança e o alongamento. O estudo exploratório de [Naldony et al. \(2020\)](#) afirmou melhoras no condicionamento físico, nas funções mentais e nas habilidades processuais e motoras após oficinas semanais de dança. Destaca-se a importância das práticas corporais acrescidas às orientações sobre a temática, visto permitir a emigração da vida sedentária, além de estimular sociabilidade, memória e atenção, tornando os idosos mais comunicativos, críticos e empoderados em suas atividades.

Em relação à HAS, as mulheres demonstraram mais interesse e conhecimento sobre a enfermidade, corroborando com a pesquisa de [Nacamura et al.\(2021\)](#), na qual o sexo feminino apresentou maior facilidade para descrever os problemas fisiológicos da doença. Assim, ao desmistificar o assunto e adequar a linguagem ao público, a atividade propiciou informações aos envolvidos sobre HAS como fatores de risco, sintomas, medicamentos e interações com outras substâncias, o que melhora a prevenção aos agravos ([SAMPAIO et al., 2021](#)), tendo em vista que as doenças crônicas precisam ser monitoradas de forma contínua pelos profissionais da ESF, a fim de promover a qualidade de vida dos hipertensos por meio do tratamento adequado.

Quanto à DM, constatou-se neste estudo conhecimento adequado e sensibilização sobre o tema, conforme [Figueiredo et al. \(2021\)](#), os quais afirmaram que, quando não controlada, a doença provoca surgimento de nefropatia diabética, cegueira, dores, além de ocasionar amputações e aumento da letalidade. Isto posto, faz-se necessário explicar o aspecto incapacitante da diabetes, associando-o aos hábitos de vida, bem como monitorar os índices glicêmicos em idosos. Acredita-se que a autodeclaração do diabético de possuir bom estado de saúde tenha relação com o controle da patologia ([NETA; VASCONCELOS 2020](#)). Assim, a autopercepção frente à doença viabiliza a autonomia e independência no envelhecimento.

No que tange ao envelhecimento, oportunizou-se neste estudo o diálogo sobre as impressões dos participantes a respeito da promoção da saúde nessa faixa etária. Devido às inabilidades fisiológicas, o processo de envelhecimento pode estar associado ao desgaste físico, às doenças e à dependência de outras pessoas ([SANTOS, 2020](#)). No entanto, estudo exploratório verificou que, apesar de reconhecerem limitações e cansaço, os idosos não se sentem impedidos de realizar atividades prazerosas ([SOUZA; SILVA; LINS, 2020](#)). Então, deve-se proporcionar autonomia e independência para retardar os declínios funcionais, além de desconstruir o estigma de que idosos são completamente dependentes, defasados e sem anseios, haja vista que estereótipos segregam e inferiorizam.

No encontro sobre “quedas”, favoreceu-se o reconhecimento dos agravos relacionados à temática, mediante experiências individuais e coletivas, que se apresenta semelhante ao estudo sobre a maior frequência de acidentes com idosos, em decorrência da perda natural de tônus e equilíbrio ([MARINHO et al., 2020](#)). Outrossim, estudo transversal mostrou que a maioria dos eventos ocorrem no domicílio e ocasionam declínios

fisiológicos, o que prejudica a execução das atividades diárias ([PAIVA; LIMA; BARROS, 2021](#)). Sendo assim, é pertinente conscientizar os idosos sobre a prevenção de acidentes, estimulando-os a realizar treinamentos de força e propriocepção, a fim de amenizar as consequências da senescência.

No que concerne à depressão, observou-se que, dentre os participantes deste estudo, apenas uma minoria estava com humor debilitado. À medida que envelhecem, as pessoas tendem a perder sua autonomia e apresentar óbices nas Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), a exemplo da dificuldade em conseguir emprego, o que resulta em *déficit* financeiro e, consequentemente, diminuição de práticas lúdicas ([OLIVEIRA; GONÇALVES, 2020](#)). Um estudo brasileiro afirmou que a ludicidade acrescida aos relacionamentos interpessoais pode levar à ressignificação da vida e ao processo de envelhecimento mais saudável ([BLESSMANN, 2021](#)). Desse modo, a prática da ludicidade, por meio de metodologias ativas, configura-se como ferramenta valiosa frente ao processo terapêutico, pois oportuniza conhecimentos técnico-científicos e favorece a interação social.

Quanto ao humor, notabilizou-se nesta pesquisa que os idosos desenvolveram criatividade e habilidades imaginativas durante a abordagem grupal, com melhora do humor geral. Nesse sentido, estudo mostrou que idosos que participaram de aulas de artesanato, coral, ginástica e musculação em centro de convivência, apresentaram melhora no humor e redução nos níveis de ansiedade, se comparadas às que residiam em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) sem praticar atividades lúdicas entre pares ([SILVA *et al.*, 2019](#)). Dessa forma, é pertinente oportunizar o cuidado integral e longitudinal dessa esfera populacional, tendo a ludicidade como estratégia promotora do bem-estar físico e emocional a fim de otimizar o humor e habilidades sociais cotidianas dos idosos.

Em relação ao tema memória, este estudo percebeu que, mesmo com algumas dificuldades para raciocinar rapidamente, os idosos apresentaram boa memória e se divertiram durante a atividade grupal. Ainda, pesquisa brasileira, realizada em Recife (PE), sugere que alterações no desempenho de atividades diárias podem ser os primeiros sinais de comprometimentos leves de memória. O mesmo estudo pondera, também, que idosos possuem capacidade de criar estratégias de recordação e podem usá-las nas atividades cotidianas ([GOMES *et al.*, 2020](#)). Assim, a literatura confirma a necessidade do treino das lembranças, haja vista a potência de plasticidade da memória no envelhecimento, o que enfatiza a importância no planejamento de atividades no cotidiano dos idosos.

Acerca da capacidade de processar diferentes informações por meio de estímulos sensoriais, este estudo percebeu que os participantes possuíam níveis significativos de bom processamento cognitivo. No entanto, um estudo brasileiro contradiz essa ideia, pois a maior parte dos 159 idosos pesquisados apresentou *déficit* cognitivo, o qual pode manifestar-se ao longo do processo do envelhecimento e relaciona-se ao esquecimento, à dificuldade em realizar cálculos, diminuição em raciocinar, se concentrar e à lentificação das atividades motoras ([BRANDÃO *et al.*, 2020](#)). Desse modo, apesar do bom quadro geral cognitivo dos idosos deste estudo, isso não pode ser generalizado, haja vista os achados conflitantes do estudo brasileiro, que apontam modificação da rotina do idoso, podendo levar à dependência.

No contexto da espiritualidade, percebeu-se, durante a intervenção grupal, que os idosos referiram poder contar com a presença de Deus e não estarem sozinhos. De forma semelhante, pesquisa concluiu que a espiritualidade e o sentido da vida são importantes para enfrentar dificuldades vivenciadas pelos idosos em instituições especializadas

([MIRANDA et al., 2020](#)). Dessa maneira, apesar dos desafios vivenciados, estes podem ser superados a partir da ressignificação da vida, acrescida da espiritualidade.

Ademais, este estudo mostrou que os idosos não apresentaram níveis de ansiedade, e que, após a intervenção grupal, perceberam que o envelhecimento não está atrelado à dependência de outras pessoas. Contudo, uma pesquisa mostrou que desigualdades sociais, como baixos níveis econômicos e de escolaridade, influenciam a ocorrência de ansiedade e depressão, o que é frequente na população idosa atendida na rede pública de saúde em comparação à privada ([MAXIMIANO-BARRETO et al., 2019](#)). Desse modo, fatores como a desigualdade social refletem fortemente na saúde mental dos idosos, sendo variável importante no acometimento da ansiedade e de transtornos afetivos, merecendo bastante atenção.

Quanto à comunicação, averiguou-se que a intervenção alcançou seu objetivo, na medida que os idosos se sentiram à vontade em contar suas histórias pessoais e se sensibilizaram com a narrativa dos demais. Em consonância, a importância da comunicação e dos processos interativos entre idosos pode mantê-los participativos e ativos em sociedade e, por conseguinte, obterem melhora em sua qualidade de vida ([SANTOS et al., 2019](#)). Diante disso, percebe-se que a comunicação é um elemento imprescindível no bem-estar do idoso, pois se relaciona com a capacidade de estabelecer diálogos inteligíveis e mostra a necessidade do empoderamento e de formas saudáveis de viver o processo de envelhecimento.

Como contribuições, as ações educativas propiciaram conhecimento, habilidades psicossociais e entretenimento aos envolvidos, além de haverem favorecido o cuidado à população idosa e *expertise* profissional aos discentes.

Quanto às limitações, inferiram-se óbices para avaliar os impactos das metodologias aplicadas a longo prazo. Ademais, por se configurar grupo de idosos de um território específico, os resultados não podem ser generalizados.

Sugerem-se novos estudos que avaliem a efetividade das ações educativas junto à população idosa frente ao processo saúde e doença após o encerramento das intervenções.

CONCLUSÃO

As metodologias ativas não somente tornaram o processo educativo atrativo e lúdico, como também fortaleceram o vínculo entre discentes de enfermagem e idosos, o que viabilizou a promoção da saúde frente ao envelhecimento. Além disso, a experiência vivenciada destacou a coparticipação dos idosos no processo saúde e doença e suscitou a participação popular e o cuidado integral e longitudinal na Atenção Primária à Saúde.

SUBMETIDO EM: 23/12/2021.

ACEITO EM: 23/05/2024.

REFERÊNCIAS

[BLESSMANN, Eliane Jost](#). **A música como lazer sério: espaço de sociabilidade e identidade de um grupo de idosos**. 2021. Tese (Doutorado em Memória Social e Bens

Culturais) – Centro Universitário La Salle, Canoas, 2021. Disponível em: <http://repositorio.unilasalle.edu.br/handle/11690/1764> . Acesso em: 10 nov. 2021.

[BRANDÃO, Barbara Maria Lopes da Silva *et al.*](#) Relação da cognição e qualidade de vida entre idosos comunitários: estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [s.l.], v. 73, p. 1-7, 2020. Supl. 3.

[BRASIL](#). Ministério da Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. **Diário Oficial da União**: seção 1. Brasília, DF, ano 150, n. 112, p. 59-62, 13 jun. 2013.

[CARVALHO, Adriana Fernandes da Silva](#). A associação da religiosidade/espiritualidade com a percepção de felicidade de idosos longevos. 2020. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/tede/2794>. Acesso em: 10 nov. 2021.

[FIGUEIREDO, Bárbara Queiroz de *et al.*](#) Complicações crônicas decorrentes do Diabetes mellitus: uma revisão narrativa de literatura. **Research, Society and Development**, [s.l.], v. 10, n. 14 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21794> . Acesso em: 27 nov. 2021.

[FRANCISCO, Priscila Maria Stolses Bergamo *et al.*](#) Prevalence and co-occurrence of modifiable risk factors in adults and older people. **Revista de Saúde Pública**, [s.l.], v. 53, n. 86. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001142>. Acesso em: 23 nov. 2021.

[GOMES, Erika Carla Cavalcanti *et al.*](#) Treino de estimulação de memória e a funcionalidade do idoso sem comprometimento cognitivo: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 25, n. 6, p. 2193-2202, 2020.

[FORTALEZA](#). Prefeitura de Fortaleza. **Fortaleza 2040**: eixo 2: idoso: versão preliminar. Disponível em: https://fortaleza2040.fortaleza.ce.gov.br/site/assets/files/eixos/2_Idoso.pdf. Acesso em: 2 nov. 2021.

[IROLDI, Grazielle Ferreira *et al.*](#) Associação entre estresse, sintomas depressivos e insônia em idosos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [s.l.], v. 69, n. 4, p. 228-238, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000287>. Acesso em: 23 nov. 2021.

[MARINHO, Cândida Leão *et al.*](#) Causas e consequências de quedas de idosos em domicílio. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 3, p.6880-6896, maio/jun. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/12178/10217>. Acesso em: 26 nov. 2021.

[MAXIMIANO-BARRETO, Madson Alan *et al.*](#) Ansiedade e depressão e a relação com a desigualdade social entre idosos. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 1, p. 209-219, 2019.

[MIRANDA, Rita de Cássia Nunes Alvarenga et al.](#) Sentido da vida e espiritualidade em idosos institucionalizados. **Research, Society and Development**, [s.l.], v. 9, n. 6, p. e72962799-e72962799, 2020.

[MOREIRA, Márlon Martins et al.](#) Hábitos alimentares de idosos em um município do interior mineiro, Brasil. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, [s.l.], v. 6, n. 3, p. 439-444, 2018.

[NACAMURA, Paula Antunes Bezerra et al.](#) Uso de psicotrópicos por pessoas idosas com hipertensão: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s.l.], v. 24, n. 2, p. 1-14, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/wgqQNT6xYs3fTBhfgK5PRWF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25 nov. 2021.

[NALDONY, Aline Miotto et al.](#) A Dança Sênior® como recurso do terapeuta ocupacional com idosos: contribuições na qualidade de vida. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, [s.l.], v. 28, n. 2, p. 554-574, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1792>. Acesso em: 24 nov. 2021.

[NETA, Marcionília de Araújo Lima; VASCONCELOS, Maristela Inês Osawa.](#) Diagnóstico situacional de idosos com diabetes mellitus em um município do interior do Ceará, Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s.l.], v. 23, n. 1, p. 1-11, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.190286>. Acesso em: 27 nov. 2021.

[OLIVEIRA, Larissa de; GONÇALVES, Jonas Rodrigo.](#) Depressão em idosos institucionalizados: uma revisão de literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, ano 3, v. 3, n. 6, p. 110-122, jan./jun. 2020. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/110>. Acesso em: 25 nov. 2021.

[ORNELA, Natália da Silva Streithorst et al.](#) Avaliação da qualidade do sono em pacientes com artrite reumatóide. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 6, p. 16493-16509, nov./dez. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/20055/16062>. Acesso em: 23 nov. 2021.

[PAIVA, Mariana Mapelli de; LIMA, Margareth Guimarães; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo.](#) Quedas e qualidade de vida relacionada à saúde em idosos: influência do tipo, local e ocorrência das quedas. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 26, p. 5099-5108, 2021. Supl. 3. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.29902019>. Acesso em: 26 nov. 2022.

[PREVIVA.](#) **Envelhecimento da população**: Brasil terá mais idosos do que jovens em 2060. 2021. Disponível em: <https://previva.com.br/envelhecimento-da-populacao-brasil-tera-mais-idosos-do-que-jovens-em-2060/>. Acesso em: 20 out. 2021.

[SAMPAIO, Samyra Maria Lima et al.](#) Promoção da saúde de pacientes hipertensos: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 2, p. 5238-5249, mar./abr. 2021.

[SANTOS, Adriana Gala.](#) **Cuidadores informais, e agora!**: O papel da mediação no cuidado prestado aos cuidadores informais. 2020. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Social) – Instituto Politécnico de Coimbra, Escola Superior de Educação de Coimbra, Coimbra, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.26/32706>. Acesso em: 10 nov. 2021.

[SANTOS, Paloma Ariana dos et al.](#) A percepção do idoso sobre a comunicação no processo de envelhecimento. **Audiology Communication Research**, [s.l.], v. 24, 2019.

[SARRIS, Andrey Biff et al.](#) Liga de urgências e emergências clínicas: relato de experiência de modelo de ensino prático. **Revista Ciência em Extensão**, [s.l.], v. 15, n. 2, p. 136-144, 2019. Disponível em https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1815/2291. Acesso em: 25 nov. 2021.

[SCHOFFEN, L. L.; SANTOS, W. L.](#) A importância dos grupos de convivência para os idosos como instrumento para manutenção da saúde. **Revista Científica de Sena Aires**, [s.l.], v. 7, n. 3, p. 160-170, 2018. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/317>. Acesso em: 2 nov. 2021.

[SILVA, Carlos Jordão de Assis et al.](#) Perspectivas da prática avançada de enfermagem no processo de cuidado gerontológico: revisão integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, [s.l.], v.23, n. 68003, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/68003>. Acessado em: 10 nov. 2021.

[SILVA, Bárbara Beatriz Ferreira et al.](#) Avaliação dos estados de humor e qualidade de vida de idosas em diferentes contextos de vida e a percepção da importância do lazer. **LICERE: Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 22, n. 1, p. 24-48, mar. 2019.

[SOUZA, Thiago José Nascimento de; SILVA, José Júnior Bezerra da; LINS, Ana Elizabeth Santos.](#) Percepção do idoso sobre o envelhecimento em um projeto extensionista. **Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, São Paulo, v. 5, n. 8, p. 29-39, 2020. Disponível em: <http://doi.org/10.24281/rremecs2020.5.8.29-39>. Acesso em: 26 nov. 2021.

[VIEIRA, Rodolfo Paula; LIMA, Caliana R.](#) Impacto da desnutrição na qualidade de vida de idosos institucionalizados no município de Itabuna - BA. **Journal of Multidisciplinary Dentistry**, [s.l.], v. 10, n. 2, p. 62-75, maio/ago. 2021.