



**32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO**

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

OFICINA COGNITIVA PARA IDOSOS – “PROMOVENDO UM ENVELHECIMENTO ATIVO NO MUNICÍPIO DE VOTUPORANGA”

Claudia Regina do Carmo, Elaine Batista Madrid

1 Prefeitura Municipal De Votuporanga - Prefeitura Municipal De Votuporanga, 2 Prefeitura Municipal De Votuporanga - Prefeitura Municipal De Votuporanga
Votuporanga

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A Organização Mundial da Saúde adotou o termo “envelhecimento ativo” para o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ﬁcam mais velhas. A palavra “ativo” refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar ﬁticamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho. O termo “saúde” refere-se ao bem-estar físico, mental e social, como deﬁnido pela Organização Mundial da Saúde. Por isso, em um projeto de envelhecimento ativo, as políticas e programas que promovem saúde mental e relações sociais são tão importantes quanto aquelas que melhoram as condições físicas de saúde. (Trechos do livro Envelhecimento ativo: uma política de saúde, publicado pela OMS – Organização Mundial de Saúde) De acordo com pesquisa desenvolvida em 2015, com base nos dados do IBGE, Ministérios da Educação, Saúde e Trabalho sobre a realidade social no Brasil, entre 2005 e 2015, a proporção de idosos de 60 anos ou mais, na população do País, passou de 9, 8% para 14, 3%. Os dados são do estudo “Síntese de Indicadores Sociais (SIS): uma análise das condições de vida da população brasileira 2016”. Outros estudos revelam projeções de aumento significativo da população idosa no mundo para os anos de 2050 e 2060. Onde hoje uma para cada nove pessoas tem mais de sessenta anos, para 2050 uma a cada cinco pessoas alcançará essa faixa etária. Dessa forma novas necessidades foram se construindo pela população, como a manutenção da autonomia, mobilidade adequada, acesso a saúde preventiva, e estimulação de auto cuidados. Dentro destes pressupostos, criamos este projeto para a promoção da saúde, autonomia e manutenção da qualidade de vida dos idosos em Votuporanga – São Paulo. Sua elaboração deu – se a partir da observação da demanda atendida na rede deste município e culminou durante atuação da terapia ocupacional no “Projeto Agita Idoso” de 2017.

OBJETIVOS

 Estimular e manter a independência dos idosos neste território, através de estimulação cognitiva.  Promover a saúde, autocuidados, sociabilização e consequentemente a qualidade de vida.  Realizar exercícios de treinamento da memória.  Orientar para manutenção das atividades diárias que utilizem habilidades cognitivas.  Estimular hábitos saudáveis e sociabilização.  Observar variáveis sócio econômicas e culturais de um grupo, registrando dados e utilizando para o aperfeiçoamento dos projetos para a população dessa faixa etária.  Registrar as características da população acima de 60 anos do município, criando um perfil atual do idoso



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

para qualificar ainda mais o atendimento a este público.  Realizar orientações relativas aos serviços de saúde já existentes e suas especificidades no atendimento ao idoso a fim de estimular autocuidados em saúde.  Prevenir perdas funcionais da idade, objetivando a promoção de um envelhecimento saudável da população de Votuporanga.  Promover entendimento do processo de envelhecimento, melhora na atenção, concentração, raciocínio e memória, como também a protagonismo do idoso em sua vida durante este processo, o engajamento social, melhora da autoestima e autocuidados, inclusive com sua saúde.  Identificar, direcionar, encaminhar e tratar idosos que apresentem acometimento de perdas cognitivas visando minimizar agravos.

METODOLOGIA

Consiste em dez encontros semanais com idosos provindos das unidades de saúde e centros de referência. Numa primeira fase, piloto, o projeto foi organizado e executado pela terapeuta ocupacional do município, em dois grupos com aproximadamente vinte participantes por grupo e duração de uma hora cada encontro. As atividades desenvolvidas, referem-se a exercícios gráficos, dinâmicos, audiovisuais ou orais utilizados pela terapia ocupacional para estímulo de habilidades cognitivas bem como orientações para prática de atividades saudáveis. Utilizando-se apenas recursos como sala ampla e arejada, mesa, cadeiras, recursos audiovisuais (projektor, tela, etc.), e materiais do setor de terapia ocupacional, a técnica desenvolve um encontro dinâmico associando esclarecimentos sobre o processo de envelhecimento e manutenção da saúde com atividades/exercícios que estimulam e treinam as habilidades cognitivas, como por exemplo guardar informações, administração financeira, capacidade de resolver situações entre outras.

RESULTADOS

A oficina cognitiva tem sido realizada semanalmente com excelente adesão dos participantes. Os encontros têm ocorrido de forma prevista, sem intercorrências e com grande divulgação nas mídias locais com entrevistas dos próprios idosos. Os participantes expressam satisfação e contentamento por participarem dos encontros além de interagirem entre si. Tem sido um momento rico entre profissional e público alvo onde fortalece o vínculo afetivo por conhecer as experiências de vida deles através da escuta e acolhimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista o aumento da expectativa de vida do ser humano e o incentivo do Ministério da Saúde em promover o Envelhecimento Ativo através de ações que melhorem a qualidade de vida, o Município de Votuporanga desenvolve um projeto visando a promoção da saúde, autonomia e manutenção da qualidade de vida dos idosos. Através de Oficinas Cognitivas semanais, uma Terapeuta Ocupacional usa métodos para estimular e manter a independência dos idosos neste território, através de estimulação cognitiva, realizando exercícios de treinamento da memória, estimulando hábitos saudáveis e sociabilização, entre outras atividades, resultando em melhora na atenção, concentração, raciocínio e memória segundo os próprios idosos.