

O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes” - IPGG-JEM, órgão da Coordenadoria de Serviços de Saúde da Secretaria de Estado da Saúde, tem a missão de assistir à pessoa idosa, bem como produzir e divulgar conhecimento na área do envelhecimento.

Consoante a nossa missão, o IPGG-JEM realizou nos dias 04 e 05 de novembro de 2019 o XI Simpósio de Geriatria e Gerontologia e XV Jornada Gerontológica, no Centro de Convenções Rebouças, tendo como tema central: “Cuidado Geriátrico-Gerontológico Centrado na Pessoa: Potências e Desafios de Envelhecer na Comunidade”.

O evento é gratuito e tem como público alvo profissionais da área da saúde e da assistência social, estudantes de graduação e pós-graduação, e interessados na área do envelhecimento.

O IPGG recebeu 1794 inscrições e contou com a presença de 942 participantes, distribuídos nos dois dias de evento, sendo 556 da capital paulista. Compareceram representantes de 201 municípios paulistas, além da capital paulista, e de 5 estados brasileiros (Maranhão, Rio de Janeiro, Paraná, Minas Gerais e Santa Catarina). Quanto à profissão dos participantes inscritos, houve predomínio de ocupações na área da Saúde (enfermagem, fisioterapia, educação física, fonoaudiologia, terapia ocupacional, farmácia, nutrição, psicologia, gerontologia, farmácia, odontologia, acompanhantes e cuidadores de idosos), havendo também profissionais das áreas de Assistência Social, Educação, Direito, Exatas, Indústria e Comércio, além de outros profissionais liberais e estudantes de graduação e pós-graduação.

Ao longo do período de inscrições do evento, recebemos as submissões distribuídas entre relatos de experiência e trabalhos científicos. Confira os resumos abaixo:

## SUMÁRIO

|  |    |
|--|----|
| 50 TONS DE GRISALHOS.....  | 1  |
| A ARTE COMO RECURSO TERAPÊUTICO PARA PACIENTES CRÔNICOS EM CUIDADOS PALIATIVOS.....  | 1  |
| A BELEZA NA VELHICE: EXPERIÊNCIA DE MULHERES IDOSAS JOVENS E LONGEVAS EM UM CONCURSO DE MISS.....                                  | 2  |
| A COMUNICAÇÃO E O PROCESSO DE TRABALHO DA ENFERMAGEM EM AMBULATÓRIO PARA PESSOAS IDOSAS: ABORDAGEM ERGOLÓGICA .....                | 3  |
| A FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS.....   | 3  |
| INFLUÊNCIA DA DANÇA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DA DOENÇA DE PARKINSON.....  | 4  |
| A INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO POR DANÇA NA POSTURA, EQUILÍBRIO E ASPECTOS RESPIRATÓRIOS EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON.....    | 4  |
| A INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO POR DANÇA NA QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON. ....                              | 5  |
| A MEMÓRIA, O IDOSO E O REPERTÓRIO MUSICAL.....   | 5  |
| A PREVALÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS EM IDOSOS HIPERTENSOS .....   | 6  |
| ADESÃO DO TRATAMENTO ENTRE IDOSOS HIPERTENSOS DO ESTADO DE SÃO PAULO E MATO GROSSO.....  | 6  |
| AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE E TERRITÓRIO: UMA INTERVENÇÃO EM SAÚDE DO IDOSO EM FRANCO DA ROCHA (SP).....                         | 7  |
| ALZHEIMER EM FOCO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO DE CONSCIENTIZAÇÃO PARA IDOSOS E CUIDADORES .....                              | 8  |
| ANÁLISE DE AUTOPERCEPÇÃO DA SATISFAÇÃO CORPORAL EM IDOSAS DA COMUNIDADE .....  | 8  |
| APLICABILIDADE, SEGURANÇA E ACEITABILIDADE DO IMMERSIVE REHABILITATION SYSTEM PARA O TREINAMENTO MOTOR E COGNITIVO DE IDOSOS ..... | 9  |
| APLICAÇÃO DA ESCALA DE BERG EM IDOSOS PARTICIPANTES DE GRUPOS DE EXERCÍCIOS NA UNIVERSIDADE MUNICIPAL DE SÃO CAETANO DO SUL .....  | 10 |
| APLICAÇÃO DE UM INSTRUMENTO DE RASTREIO DE SAÚDE BUCAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS.....  | 10 |
| ART SÊNIOR – CRIANDO COM RESÍDUOS.....   | 11 |

|  |    |
|--|----|
| ASSISTÊNCIA AO IDOSO NA SAÚDE MENTAL: A EXPERIÊNCIA DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR NA ENFERMARIA DE GERIATRIA DO IPQ/HC .....                | 12 |
| ASSOCIAÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA DA PANTURRILHA COM DESFECHO HOSPITALAR EM IDOSOS.....   | 12 |
| ATIVIDADE DE PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA AÇÃO MULTIPROFISSIONAL .....   | 13 |
| ATIVIDADES EXTERNAS EM ILPI'S COMO FORMA DE RESSIGNIFICAÇÃO SOCIAL .....   | 14 |
| ATIVIDADES LÚDICAS NA CONSCIENTIZAÇÃO DE DEPRESSÃO EM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.....  | 14 |
| AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DO IDOSO DOMICILIADO: UMA ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NASF-AB.....   | 15 |
| AVALIAÇÃO DA FRAGILIDADE DE IDOSOS INTERNADOS EM SERVIÇO DE EMERGÊNCIA DE UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO.....                                 | 16 |
| AVALIAÇÃO DE DOSES DE MEDICAMENTOS PSICOATIVOS E IMPLICAÇÕES NA TERAPÊUTICA MEDICAMENTOSA DO IDOSO.....                                  | 16 |
| AVALIAÇÃO DO PERFIL DE PORTADORES DE DOENÇA RENAL CRÔNICA (DRC)..  | 17 |
| AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE IDOSOS DISLIPIDÊMICOS APÓS INTERVENÇÃO NUTRICIONAL .....  | 17 |
| CAPACITAÇÃO DE CONSELHEIROS DA PESSOA IDOSA: UMA INICIATIVA IMPORTANTE PARA O FORTALECIMENTO DO CONTROLE SOCIAL. ....                    | 18 |
| CAPACITAÇÃO DE IDOSOS PARA O EMPREENDEDORISMO .....  | 19 |
| CENTRO DIA PARA IDOSOS E APGAR FAMILIAR: INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO FUNCIONAL DO SISTEMA FAMILIAR.....                                     | 19 |
| CENTRO DIA PARA IDOSOS: (SOBRE)CARGA DO CUIDADOR FAMILIAR NO TENSIONAMENTO DA RELAÇÃO COM O IDOSO .....                                  | 20 |
| COLCHA DE RETALHOS: COMENDO A IDENTIDADE DE UM GRUPO DE IDOSOS SOBRE O TECIDO DA MEMÓRIA COLETIVA .....                                  | 21 |
| COMUNICAÇÃO DO IDOSO E EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA .....  | 21 |
| CUIDADO COM OS PÉS – GRUPO DE ORIENTAÇÕES E ESCLARECIMENTOS PARA O IDOSO.....  | 22 |
| CUIDADO INTEGRAL A SAÚDE DO IDOSO: AMPLIANDO POSSIBILIDADES DE CUIDADO AO IDOSO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE E FORTALECENDO VÍNCULOS..... | 23 |
| DANÇA SÊNIOR .....   | 23 |
| DESENVOLVENDO HABILIDADES DE MULTIPLICADORES NOS IDOSOS .....  | 24 |

|  |    |
|--|----|
| EDUCAÇÃO E AUTOCUIDADO DA PESSOA IDOSA COM DOR LOMBAR CRÔNICA NÃO ESPECÍFICA: UM ESTUDO DE CASO.....   | 25 |
| EFEITO DE DOIS TREINAMENTOS COGNITIVOS MOTORES: REAL VERSUS VIRTUAL NO CONTROLE POSTURAL DE IDOSOS ROBUSTOS: ENSAIO CLÍNICO NÃO ALEATORIZADO ..... | 26 |
| ESTADO COGNITIVO DO IDOSO: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM MARINGÁ, PARANÁ, BRASIL .....   | 26 |
| ESTADO NUTRICIONAL E INGESTÃO PROTEICA DE IDOSOS COM DOENÇA DE PARKINSON.....  | 27 |
| ESTRATÉGIA DE ATUALIZAÇÃO CIENTÍFICA MULTIPROFISSIONAL EM GERIATRIA E GERONTOLOGIA PARA BUSCA DE NOVAS PERSPECTIVAS NO ATENDIMENTO DO IDOSO.....   | 27 |
| ESTRATIFICAÇÃO DO RISCO CARDIOVASCULAR EM IDOSOS ASSISTIDOS POR UMA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA .....   | 29 |
| ESTUDO COMPARATIVO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS COM E SEM PRATICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES.....  | 29 |
| FATORES ASSOCIADOS À QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS LONGEVOS DE DIFERENTES CONTEXTOS COMUNITÁRIOS.....  | 30 |
| GRUPO DE MEMÓRIA: UMA PRÁTICA DE INTEGRAÇÃO SOCIAL E CONSTRUÇÃO DE CONHECIMENTO COLETIVO.....  | 31 |
| GRUPO INTERPROFISSIONAL DE ALZHEIMER E OUTRAS DEMÊNCIAS. ....  | 31 |
| IMPLANTAÇÃO DA LINHA DE CUIDADO DE SAÚDE DO IDOSO NO MUNICÍPIO DE FRANCO DA ROCHA.....   | 32 |
| IMPLANTAÇÃO DE INSTRUMENTO DE ORGANIZAÇÃO DA ALTA EM UM AMBULATORIO ESPECIALIZADO EM IDOSOS.....   | 33 |
| IMPLANTAÇÃO DO GRUPO DE PREVENÇÃO DE QUEDAS: UMA INTERVENÇÃO DO PROGRAMA DE ACOMPANHANTE DE IDOSOS (PAI) NA UNIDADE DE SAÚDE BUTANTÃ.....          | 33 |
| INFLUÊNCIA DO PILATES NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE UMA IDOSA COM DOR LOMBAR CRÔNICA: ESTUDO DE CASO.....   | 34 |
| INTEGRAÇÃO DO PROGRAMA MELHOR EM CASA EM UM HOSPITAL PARA VIABILIZAR A DESOSPITALIZAÇÃO .....  | 35 |
| INVESTIGAÇÃO DE INEFICÁCIA TERAPÊUTICA DE TIAMINA APÓS AGRAVAMENTO DE QUADRO NEUROLÓGICO EM IDOSO .....  | 36 |
| INVESTIGAÇÃO DE QUEDAS E MEDO DE QUEDAS EM IDOSOS DA COMUNIDADE .....  | 36 |
| MEDIAÇÃO FAMILIAR EM CONTEXTOS DE CUIDADOS AOS IDOSOS. DIÁLOGOS INTERDISCIPLINARES.....  | 37 |

|  |    |
|--|----|
| O EFEITO DA FISIOTERAPIA EM IDOSOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO .....  | 38 |
| O FOCO E OS FATOS DE UM ENVELHECER COM DIGNIDADE RESIDINDO EM UMA ILPI .....   | 38 |
| O IMPACTO DAS INTERVENÇÕES DA TERAPIA OCUPACIONAL EM PACIENTES CRÔNICOS INTERNADOS EM UMA UNIDADE DE CUIDADOS PALIATIVOS E PROLONGADOS ..... | 39 |
| O IMPACTO DO ATENDIMENTO PELO PROGRAMA ACOMPANHANTE DO IDOSO EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE .....  | 39 |
| O SENTIDO DE BELEZA E AUTOCUIDADO PARA IDOSOS .....  | 40 |
| OFICINA DE PRODUÇÃO DE JORNAL EM UM CENTRO DIA PARA IDOSO .....  | 41 |
| OS BENEFÍCIOS DA LASERTERAPIA DE BAIXA INTENSIDADE ASSOCIADOS A EXERCÍCIOS DOMICILIARES EM IDOSOS COM OSTEOARTROSE DE JOELHO .....           | 41 |
| PARTICIPAÇÃO SOCIAL E PROPÓSITO DE VIDA NA VELHICE: DADOS DE SEGUIMENTO DO ESTUDO FIBRA.....   | 42 |
| PERCEPÇÃO DA PARTICIPAÇÃO DO CIRURGIÃO-DENTISTA NO CURSO DE ORIENTAÇÃO PARA CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS .....                             | 43 |
| PERCEPÇÃO SOBRE FACILITADORES PARA PARTICIPAÇÃO EM UM PROGRAMA MULTIFATORIAL DE PREVENÇÃO DE QUEDAS.....                                     | 43 |
| PERFIL DA MOBILIDADE FUNCIONAL E COGNITIVA DE UM GRUPO DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS.....  | 44 |
| PERFIL DE ATIVIDADE HUMANA E A FUNCIONALIDADE E RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS .....  | 45 |
| PERFIL DOS IDOSOS ACOMPANHANTES DE PACIENTES DE UMA POLICLÍNICA UNIVERSITÁRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....                                    | 45 |
| PERFIL DOS IDOSOS ATENDIDOS NO PROGRAMA DE ACOMPANHANTES DE IDOSOS MOOCA .....   | 46 |
| PERSPECTIVA DO HOMEM IDOSO, PARTICIPANTE DE UM CONCURSO DE BELEZA, SOBRE SAÚDE.....  | 46 |
| PRÁTICAS CORPORAIS COMO POSSIBILIDADE DE INTEGRAÇÃO ENTRE O CONVIVER E O CENTRO DIA EM PRAIA GRANDE-SP .....                                 | 47 |
| PROGRAMA VEM DANÇAR: UMA POLÍTICA PÚBLICA PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.....   | 48 |
| PROGRAMAS E SERVIÇOS DE PROTEÇÃO SOCIAL AO IDOSO EM PRAIA GRANDE-SP: OLHAR DAS POLÍTICAS PÚBLICAS .....                                      | 48 |
| PROJETO PILOTO: TÉCNICA DE DINÂMICA EM GRUPO DE HOMENS NA CAMPANHA NOVEMBRO AZUL – AÇÕES EDUCATIVAS.....                                     | 49 |
| PROMOÇÃO A SAÚDE E EDUCAÇÃO DE IDOSOS DA COMUNIDADE.....   | 50 |

|   |    |
|---|----|
| QUANDO SE DESCOBRE UM CELULAR E UM TABLET .... A TECNOLOGIA E A PESSOA IDOSA.....   | 51 |
| RELATO DE ESTRUTURAÇÃO, COORDENAÇÃO E DOCÊNCIA NOS GRUPOS DA MATURIDADE.....  | 51 |
| RELATO DE EXPERIÊNCIA DO IMPACTO CAUSADO PELA PARTICIPAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS EM UMA ILPI.....  | 52 |
| RELATO DE EXPERIÊNCIA; BENEFÍCIOS À SAÚDE DO IDOSO ATENDIDOS EM GRUPO POR EQUIPE MULTIDISCIPLINAR.....                                | 53 |
| RISCO NUTRICIONAL E A SUA RELAÇÃO COM O DESFECHO HOSPITALAR E O TEMPO DE INTERNAÇÃO EM IDOSOS;.....                                   | 53 |
| SENSIBILIZANDO A ATENÇÃO BÁSICA AO CUIDADO DA PESSOA IDOSA.....   | 54 |
| SEXUALIDADE E SUA RELAÇÃO COM DADOS DEMOGRÁFICOS NA VELHICE: UMA ANÁLISE DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM BAILE DA TERCEIRA IDADE ..... | 55 |
| SIMULAÇÃO REALÍSTICA E TREINAMENTO: CUIDADO COM BOAS PRÁTICAS NA HIGIENE ÍNTIMA DE IDOSOS. ....                                       | 55 |
| SUORTE SOCIAL, UMA VARIÁVEL IMPORTANTE NA SAÚDE DA PESSOA IDOSA. ....   | 56 |
| TRANSIÇÃO DO CUIDADO NA FISIOTERAPIA – EXPERIÊNCIA EXITOSA NA GRADUAÇÃO .....   | 57 |
| TREINAMENTO EM PRIMEIROS SOCORROS DA POPULAÇÃO IDOSA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA .....  | 57 |
| TREINO COGNITIVO EM IDOSOS: A IMPORTÂNCIA DO RESGATE DE MEMÓRIAS PARA A PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA .....                           | 58 |
| UPCARE: TECNOLOGIA DO CUIDADO SEM A PERDA DO FATOR HUMANO .....   | 58 |
| UTILIZAÇÃO DO REIKI COMO TERAPIA INTEGRATIVA NO TRATAMENTO DE DORES CRÔNICAS .....  | 59 |
| VAMOS ÀS COMPRAS! TREINO DE ATIVIDADE INSTRUMENTAL DE VIDA DIÁRIA NO SUPERMERCADO COM IDOSOS .....                                    | 60 |
| VERIFICAÇÃO DOS FATORES SOCIOECONÔMICOS, DEMOGRÁFICAS E SOCIOCULTURAIS NA SAÚDE DO IDOSO .....  | 61 |

## **50 TONS DE GRISALHOS**

Relato de Experiência

SIMONE GOMIDE DOS SANTOS

ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE SANTA MARCELINA

50 TONS DE GRISALHOS Modalidade: Banner Autora: Santos, Simone Gomide dos (1975) Local: UBS Jd. Copa – Rua Ponta de Lucena nº330 Telefone: 2524-5020 STS Itaquera – Município SP Coordenadoria Regional Saúde – Leste Caracterização do Problema: Identificar 50 ou mais situações vulneráveis “não” detectadas em nível ambulatorial, através do grupo terapêutico mensal “Os Vencedores” na UBS Jd Copa. Descrição do Trabalho: Em se tratar do cenário vivenciado na Unidade de Estratégia Saúde da Família, onde tudo é compartilhado com profissionais técnicos e com ajuda grandiosa dos não técnicos como os Agentes Comunitários de Saúde que com sua rica participação nos grupos dos idosos por conhecê-los devido as visitas domiciliares mensalmente, Administrativos, Seguranças, Profissionais da Limpeza, Estagiários, entre outros, que muitas vezes acolhem, percebem o humor, necessidade do atendimento imediato e as vezes suas queixas, onde por outras vezes é percebido que só de ficarem sentados na recepção conversando após aguardar para aferir sua Pressão Arterial, se satisfazem e até saem preenchidos de volta para casa. E sob vários olhares, faz-se com que tenhamos várias percepções e óticas diferentes dos técnicos, que se complementam e se alinham entre as necessidades e demandas apresentadas, trazidas por familiares ou pelos próprios idosos. Entre eles, no grupo que realizo mensalmente há 16 anos, ganhou visibilidade, reconhecimento e popularidade na comunidade vigente, por se tratar de acontecer sistematicamente na mesma unidade e horário com os mesmos funcionários, idosos e familiares. Inúmeras vezes em consulta médica foi percebido a identificação de vários idosos com comorbidades e outros com situações vulneráveis após ter participado do grupo e ter em seu prontuário médico, registros dos indicadores que potencializam suas fragilidades, e que poderia agravar seu estado de saúde, se não houvesse uma intervenção pontual. Acarretando assim, idosos com muito mais propostas de estudos do que os 50 critérios de indicadores para declínio de sua funcionalidade. Lições Aprendidas: Dentre as questões a serem identificadas, diagnosticadas e tratadas, temos as indicações a serem desmistificadas como os mitos do envelhecimento. Um dos grandes desafios das políticas públicas de saúde é manter ao máximo de idosos a capacidade funcional através dos programas de promoção, prevenção e proteção da saúde. Entre elas a violência subliminar. Recomendações: Devido ao compromisso do grupo mensal da Estratégia Saúde da Família, que tem por missão, resgatar a identidade, fortalecer a convivência comunitária, proporcionando a valorização pessoal, até porque se houver uma falta do idoso sem prévia justificativa, um amigo participante do grupo ou o ACS irá procurar saber o motivo de sua ausência, onde tornou o idoso pertencente e ativo na sociedade, coibindo seu isolamento, propiciando saúde e vida aos anos vividos.

## **A ARTE COMO RECURSO TERAPÊUTICO PARA PACIENTES CRÔNICOS EM CUIDADOS PALIATIVOS**

Relato de Experiência

Larissa Delazia Albuquerque Santana

Gilmar Marques Rodrigues

Instituto Brasileiro de Controle do Câncer - IBCC

O crescimento relativo mundial da população de idosos apresenta associação com o aumento da prevalência de doenças crônicas, o que está diretamente relacionado à perda da capacidade de desempenhar atividades instrumentais da vida diária (AIVD) como também das atividades básicas da vida diária (AVD). Com isso, e devidos a outros fatores de ordem sociais, muitas vezes esses idosos acabam sendo institucionalizando, tendo em vista a dificuldade nos cuidados. Entretanto os efeitos da institucionalização sobre a vida dos idosos têm sido amplamente estudados e nos aspectos negativos, o isolamento social e a quebra de vínculo são uma das consequências mais relevantes. Além disso, também são evidenciados: presença de sofrimento psíquico, baixa autonomia, privação da liberdade, perda da identidade e sentimento de desvalorização. O Instituto Brasileiro de Controle do Câncer – Unidade Jaçanã, atende um grande público com essas características, desta forma, considerando todos esses fatores, observando o perfil e a necessidade dos pacientes, a equipe multiprofissional do hospital, implantou em abril de 2018 o projeto “Tricotando em casa”, um grupo terapêutico para estimular a

criatividade, autoestima, socialização e aspectos motores, independente do diagnóstico. Inicialmente o grupo ocorria semanalmente, com duração de 1h30min, sendo os últimos 30 min. destinados a um lanche ofertado pela equipe do Serviço de Nutrição e Dietética; média de seis mulheres; com foco nas atividades manuais de tricô e bordado, já que muitas delas realizavam essas ações no leito, individualmente. Devido a curiosidade de outros pacientes, houve a necessidade de adaptar a proposta e acrescentar a pintura de panos de prato. Atualmente, o grupo abrange 24 pacientes, homens e mulher, sendo organizados em A e B, mantendo a atividade semanal, mas com a extensão do horário para 2h30min. Os resultados são extremamente significativos e vista de forma global, para os principais setores envolvidos nessa proposta (psicologia e terapia ocupacional) os destaques principais são: equilíbrio emocional; resgate de história de vida; interação social; criatividade; imaginação; qualidade de vida; aspectos cognitivos; aspectos motores; bem como melhora no desempenho das atividades de vida diária. Além disso, os relatos evidenciam ainda mais o quanto esse grupo é importante para os pacientes: A.O de 90 anos declara: “É bom a gente ter uma ocupação, porque a gente trabalha um pouco a cabeça, aqui é um hospital que não deixa as pessoas tristes”; M.J.N. de 84 anos: “Ali a gente esquece da vida, mesmo pintando errado. As vezes até uma pessoa com uma mão só consegue pintar, pra pintura dá”; J.S.C. de 66 anos: “Pra mim é super bom, porque eu estou aprendendo muita coisa, cada dia eu estou melhor, cada dia fica melhor”. Desta forma, pode-se afirmar que as atividades em grupos são de extrema importância e podem trazer grandes benefícios para os pacientes, principalmente nos aspectos biopsicossociais.

## **A BELEZA NA VELHICE: EXPERIÊNCIA DE MULHERES IDOSAS JOVENS E LONGEVAS EM UM CONCURSO DE MISS.**

Relato de Experiência

Juliana Santos do Nascimento

Bruna Marcolino dos Santos

Karina Ondina Coelho da Silva

Rosamaria Rodrigues Garcia

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia

Caracterização do Problema: Desde o princípio das civilizações ocidentais a beleza corporal é desejada pelas mulheres. Mulheres idosas podem ter menos insatisfação com o corpo pela sua maturidade, experiências e autoestima. Estas atitudes são importantes para o desenvolvimento do valor pessoal, bem estar ao idoso e consequentemente ajudam na adaptação dessa fase da vida, que é o envelhecimento. Com isso relata-se a experiência de idosas jovens e longevas participantes de um concurso de Miss. Descrição: Trata-se de um estudo descritivo, realizado por duas nutricionistas e uma fisioterapeuta em um ambulatório de atendimento secundário especializado, no mês de maio de 2019. Inicialmente foi efetuada uma seleção na qual 150 idosas realizaram desfiles para quatro jurados convidados, que definiram 25 finalistas na faixa etária de 61 a 92 anos. A segunda etapa foi composta por um processo educacional e promocional de saúde, denominado minicurso, com os seguintes temas: Autoestima, Reeducação Alimentar, Qualidade do Sono, Alterações Posturais, Prevenção de Quedas no Envelhecimento, Vivendo a Sexualidade na Velhice e Saúde Corporal, onde as finalistas puderam sanar suas dúvidas com profissionais da saúde, assim como rever temas importantes para promover um envelhecimento saudável e ativo. Na última etapa, foi realizada entrevista com 12 participantes dentre as 25 finalistas, das quais relataram suas experiências e percepções acerca do evento. Lições Aprendidas: Ao analisarem sua participação no concurso, o sentimento de todas as idosas resume-se em alegria e satisfação, melhora da autoestima, aprendizado, motivação e perspectiva de vida, além de terem o privilégio de participar de um concurso de beleza, principalmente em suas idades. O evento contribuiu para a valorização de outros parâmetros de beleza, melhora da autoestima, motivação e bem-estar das idosas, tanto para as vencedoras das seis categorias do concurso (Miss Simpatia, Sorriso, Timidez, Elegância, Beleza e IPGG), quanto para as que não obtiveram classificação final, além de promover resgate de memórias afetivas de outras fases em que viveram, novas conquistas, satisfação pessoal, lembranças de experiências vividas e ganhos. Por outro lado, o concurso também promoveu olhares ampliados sobre perspectivas sobre novos projetos de vida e alcance de propósitos outrora desejados. Recomendações: A finalidade do concurso foi, proporcionar às participantes a oportunidade de participação social, engajamento e protagonismo do idoso, contribuir na trajetória da busca pelo envelhecimento saudável e ativo, além de promover novos padrões de beleza, desmistificando a construção social da velhice, sendo possível reproduzir esta prática em outras instituições de saúde e de assistência social.



## **A COMUNICAÇÃO E O PROCESSO DE TRABALHO DA ENFERMAGEM EM AMBULATÓRIO PARA PESSOAS IDOSAS: ABORDAGEM ERGOLÓGICA**

Trabalho científico

Manoela Pires do Couto

Beatriz Ozello Gutierrez

ESCOLA ARTES CIÊNCIAS E HUMANIDADES - EACH USP

COUTO, Manoela Pires do. Comunicação e processo de trabalho da enfermagem em ambulatório para pessoas idosas: abordagem ergológica. O momento que vivemos ressalta o crescimento da população idosa de forma intensa e rápida. Entre 2002 e 2012 o número de idosos no Brasil cresceu 40,3% (MIRANDA; MENDES; SILVA, 2016). O Brasil não está preparado para ser um país de velhos. O cuidado às pessoas idosas deve ser diferenciado, com um olhar globalizado, promovido por uma equipe interprofissional que assegure os interesses da pessoa e da família. Mediante ao crescimento populacional e ao cuidado peculiar às pessoas idosas o objetivo desse estudo foi entender a comunicação e as relações de trabalho da equipe de enfermagem de um ambulatório para pessoas idosas. Nas instituições de saúde vimos a todo instante conflitos ocorrendo nos corredores entre os profissionais. O trabalho da equipe de enfermagem é pautado na atividade humana e evidencia a importância do processo comunicacional para as ações de trabalho da equipe multidisciplinar (SCHWARTZ, 2016). Desta forma, nosso objetivo foi entender o processo comunicacional da equipe de enfermagem visando melhorar o conhecimento, convivência dos trabalhadores da equipe e assistência prestada à pessoa idosa. Através de uma pesquisa qualitativa, realizou-se, com a equipe de enfermagem de um ambulatório que presta assistência às pessoas idosas, entrevistas em profundidade individuais com roteiro prévio e questionário estruturado. A amostra foi determinada após saturação dos dados. Os dados foram analisados por meio da técnica de análise do discurso e sob a luz do referencial da ergologia e da comunicação no mundo do trabalho. Observou-se nas falas dos participantes a utilização de suas experiências e saberes como estratégias singulares para realizar a atividade de trabalho, portanto o uso de si está presente nas atividades de enfermagem. Assim, como o processo comunicativo está presente no cotidiano da enfermagem. Apenas os colaboradores não têm consciência o quanto são parte importantes desse processo (FÍGARO, 2008).

## **A FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS**

Trabalho científico

Francine Vitar Gonçalves

Robert Dias

Centro Universitário do Sul de Minas

O Brasil está em verdadeiro processo de envelhecimento, a expectativa de vida que ao nascer era de apenas 33,7 anos em 1900, deve ultrapassar os 72 anos em 2020. Na velhice a diminuição da capacidade funcional está profundamente assinalada como um fator de risco promotor para a ocorrência de quedas, podendo acarretar complicações que exigem uma maior atenção, especialmente em idosos institucionalizados, visto um maior comprometimento funcional e cognitivo. Sendo assim é de suma importância à atuação da fisioterapia na promoção da saúde, funcionalidade e na prevenção de quedas dessa população. O objetivo deste trabalho foi analisar o efeito de um protocolo de fisioterapia sobre o equilíbrio, mobilidade e o risco de quedas nos idosos de uma instituição de longa permanência (ILPI). Trata-se de um estudo observacional, qualitativo-quantitativo, realizado no Lar São Vicente de Paulo na cidade de Varginha – MG, onde participaram 7 idosos sem comprometimento cognitivo, previamente avaliados através do Mini Exame do Estado Mental (MEEM). Foram coletados dados sociodemográficos, em seguida avaliados pelos testes Time up Go (TUGT) e o Teste de Alcance Funcional (TAF). Após a avaliação, foram realizadas 10 sessões de fisioterapia, composta por séries de alongamentos, exercícios cinesioterapêuticos e orientações para prevenção de quedas. Contudo no final do estudo, verificaram-se melhorias no TUGT = 12,45 % e no TAF = 19,30 %, sendo que no Teste Time up Go (TUGT) notou-se uma diminuição do tempo de execução do percurso da maioria (85,7%) dos idosos e através do teste de alcance funcional (TAF) notou-se o aumento do deslocamento anterior de todos (100%) os idosos após a intervenção fisioterapêutica. Portanto, neste estudo, o protocolo utilizado apresentou indicativos favoráveis nas variáveis analisadas, tanto na melhora da velocidade da marcha, quanto na mobilidade. Os resultados sugerem que a fisioterapia, pode contribuir significativamente para a minimização dos riscos e prevenção de quedas em idosos institucionalizados.

## **INFLUÊNCIA DA DANÇA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DA DOENÇA DE PARKINSON.**

Thalita da Silva Campregher

Márcia Midori Morimoto

Objetivo: verificar a repercussão da dança sobre a funcionalidade e atividades de vida diárias em pacientes com DP. Métodos: Esta pesquisa trata-se de um estudo longitudinal prospectivo, previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. As avaliações e intervenções fisioterapêutica foram realizadas no laboratório de Fisioterapia da Clínica de Fisioterapia da Universidade Metodista de São Paulo. Participaram do estudo sete pacientes, sendo três do sexo masculino e quatro do sexo feminino, com diagnóstico médico de DP que concordaram e assinaram o TCLE, ficando uma cópia com o participante e outra com o pesquisador. Foi dividido em avaliação inicial e final com utilização dos questionários: BESTest, HeY, MEEM, UPDRS (II), PDQ-39 (I) e (II) intervenção: aquecimento, dança e relaxamento e a análise dos resultados foi utilizado o Excel, por meio do Software GraphPad Prism 7®, Teste t the Student com análise estatística com nível de confiança de 0,05 e o coeficiente de correlação de Pearson (identificar a intensidade da correlação (r), sendo elas: 0,10 à 0,3 intensidade fraca, 0,40 à 0,60 intensidade moderado 0,70 à 1 intensidade forte). Resultados: A amostra foi composta por três do sexo masculino e quatro do sexo feminino, com média de idade de  $68,95 \pm 8,15$  anos. Todos apresentaram os valores dentro da normalidade na avaliação cognitiva avaliada pelo MEEM de acordo com o grau de escolaridade do indivíduo, apresentou melhorias no teste de sentar no chão e levantar do BESTest e em todos os alcances funcionais, mas os valores significativos foram encontrados na correlação dos testes de TUG e TUG D, alcance funcional lateral à Direita e PDQ-39 (I) e (II). Conclusão: Neste estudo, foi possível identificar a promoção de melhorias através da dança sendo elas: a marcha, alcances funcionais e na execução de dupla tarefa, sendo uma metodologia de reprodução fácil e acessível financeiramente. Entretanto, há necessidade da homogeneidade, ampliação da amostra e explorar a atividade motora multidirecional com coreografia simétrica.

## **A INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO POR DANÇA NA POSTURA, EQUILÍBRIO E ASPECTOS RESPIRATÓRIOS EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON**

Gabriela de Souza Ferreira

Márcia Midori Morimoto

Universidade de São Caetano do Sul

Objetivo: Verificar a repercussão da dança sobre as alterações de postura e equilíbrio nos pacientes com Doença de Parkinson (DP) e sua correlação com os parâmetros respiratórios. Métodos: Esta pesquisa trata-se de um estudo longitudinal prospectivo, realizado no laboratório de Fisioterapia da Policlínica da Universidade Metodista de São Paulo, no qual participaram sete pacientes com diagnóstico de DP, sendo três do sexo masculino e quatro do sexo feminino que se adequavam aos critérios de inclusão. Os procedimentos foram divididos em três etapas: avaliação inicial, intervenção com dança em grupo e a avaliação final. Na avaliação inicial e final foi verificado o alinhamento postural por fotogrametria com as imagens analisadas através do Software SAPO, a identificação de alterações do equilíbrio através do Best test e também foi efetuado a verificação dos parâmetros respiratórios (força da musculatura respiratória através da manovacuometria, fluxo e volume expiratório por um Peak flow digital e a expansibilidade torácica com a cirtometria). A intervenção com dança ocorreu em 12 sessões com duração de uma hora cada, compostas por um aquecimento, treino da coreografia do estilo musical poprock e um relaxamento final. Resultados: Após a intervenção com dança houve melhora estatisticamente significativa nos valores do Best test total, nas seções de restrições biomecânicas, transições e ajustes antecipatórios e orientação sensorial, na angulação da inclinação de tronco observada na vista frontal e no força expiratória máxima, também foi encontrada uma forte e significante correlação com a tendência de evolução da inclinação de tronco e a força inspiratória máximo. Conclusão: A intervenção utilizando dança em Pacientes com DP traz benefícios para o alinhamento postural e para o controle do equilíbrio. O melhor controle postural influenciou mudanças favoráveis nos parâmetros respiratórios, principalmente nos que dizem respeito às forças expiratórias, um provável efeito do melhor alinhamento biomecânico. Mas estudos com amostras maiores são recomendáveis para análises mais fidedignas.

## A INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO POR DANÇA NA QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON.

Marcela Amanda da Silva Trovo  
Márcia Midori Morimoto

Objetivo: é avaliar os efeitos da dança como intervenção fisioterapêutica, e suas repercussões na qualidade de vida em pacientes com DP, inclusive em alguns aspectos específicos como: mobilidade, bem estar emocional, estigma, apoio social, comunicação e desconforto corporal através do questionário PDQ-39. Método: Esta pesquisa trata-se de um estudo longitudinal prospectivo, previamente aprovado pelo comitê de ética em pesquisa, realizado no laboratório de fisioterapia da Policlínica da Universidade Metodista de São Paulo, uma amostra de sete participantes com diagnóstico de DP que se adequaram aos critérios de inclusão e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. O estudo foi realizado em três etapas de procedimento, sendo elas divididas em avaliação inicial, intervenção com dança e avaliação final, totalizando 16 sessões, sendo duas para avaliação inicial, 12 para intervenção com dança e duas para avaliação final. As avaliações foram compostas por anamnese, escala unificada da doença de Parkinson (UPDRS), escala de Hoehn e Yahr modificada (HeY), Mini exame do estado mental (MEEM) e pelo questionário de qualidade de vida PDQ-39 um questionário específico para DP. A Intervenção com dança tinha duração total de uma hora cada sessão sendo distribuída em 10 minutos de aquecimento composto por movimentos balísticos de inclinação de tronco, flexão e extensão de membros superiores e membros inferiores, sendo realizados com uma trilha sonora ambiente, 35 minutos para a prática da dança composta por om movimentos que trabalham transferência de peso, deslocamento do centro de massa, voltas em torno do próprio eixo, passos em várias direções, movimentos de grande amplitude, sendo treinada parte da coreografia de maneira isolada, e gradualmente conforme o aprendizado dos pacientes somados com os demais passos, assim formando a seqüência completa da coreografia e para finalizar as terapias eram realizados cinco minutos de relaxamentos variados que consistiam em alongamentos, acompanhados de musica ambiente. Resultado: Houve uma melhora pós-intervenção estatisticamente significativa na Qualidade de vida geral (p value=0,00) e no aspecto específico de Mobilidade (p value=0,02) sendo que toda a amostra foi beneficiada, além de uma melhora da mediana em seis dos oito domínios abordados no PDQ-39. Conclusão: A dança como intervenção fisioterapêutica teve uma repercussão positiva na qualidade de vida geral dos indivíduos com Doença de Parkinson e no aspecto específico de mobilidade.

## A MEMÓRIA, O IDOSO E O REPERTÓRIO MUSICAL

Relato de Experiência  
Marilena do Nascimento  
Colmeia e Unifesp

O aumento da expectativa de vida, com crescente número de idosos, as Políticas Públicas vem investido na manutenção da saúde, na qualidade de vida e a integração social. Projetos que atende esta demanda tem objetivo de minimizar os impactos da velhice. A queixa de declínio de memoria é um aspecto importante para a qualidade de vida. O idoso ativo pode apresentar pequeno declínio que será considerado, dentro do esperado. Outros idosos apresentam o declínio com indícios que sugerem a demência. Para os dois grupos, (idoso ativo e os com processo demencial), a estimulação cognitiva deve ser indicada. A musicoterapia (MT) é uma intervenção que utiliza como canal de comunicação a música e seus elementos (som, ritmo e melodia). Vem sendo utilizada para os idosos, ativo ou com declínio cognitivo, e os projetos na área educacional/cultural/ saúde, que acontecem em casa de Saúde (privadas ou públicas) ou, em instituições de modo geral, com diferentes propostas são projetos valiosos que utilizam a música e oportunizam momentos lúdicos e com novos aprendizados. Todos estes recursos são bem-vindos e permeiam o objetivo principal que é a manutenção da saúde. Para o individuo que apresenta o declínio cognitivo, em especial a memória, o musicoterapeuta (mt) estará instrumentalizado (com procedimentos da MT) levantando os dados que serão utilizados na intervenção musical apropriada, por exemplo :a pessoa com demência, estimulando as regiões límbicas preservadas, resgatando suas próprias memórias poderá beneficiar a interação comportamental mais ativa. A memória musical permanece preservada, é o que afirmam artigos científicos. A partir dos dados levantados o mt elabora um projeto único e os sujeitos tornam-se protagonistas na intervenção. A partir da experiência atendendo idosos, trabalhando em diferentes locais, com diferentes níveis socioeconômico, educacional (inclusive analfabetos) temos a convicção que o idoso deste momento (2019), entre 65 a 85 anos, apresentam um

senso comum das preferências musicais. Esta afirmação é resultado dos dados dos relatórios dos atendimentos realizados no decorrer de 10 anos de profissão. As preferências apontam que o repertório mais utilizado pelos idosos (nascidos entre 1935/ 1950) são músicas populares da época; na sequência a folclórica e, por último, a erudita. Encontramos estas mesmas informações em diversos artigos de pesquisa científica em MT em diferentes países do mundo. Posto isto, é recomendado para o atendimento do idoso ativo ou idoso em processo demencial, com objetivo de estimular memórias vividas devem ser escolhidas músicas através dos dados da memória musical do paciente. Além de escolher e acolher é preciso olhar de forma integrativa o idoso. Os relatos dos pacientes atendidos nas intervenções de MT para a estimulação da memória, são que a sessão de modo geral é prazerosa e o fenômeno da sedimentação da informação, que é a liga da memória, acontece de forma espontânea.

## **A PREVALÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS EM IDOSOS HIPERTENSOS**

Trabalho científico

Karina Ondina Coelho da Silva

Ana Gabriela Trindade Assis

Bruna Marcolino dos Santos

Evellyn Aguiar Marques

Juliana Santos do Nascimento

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia

Objetivo: Avaliar a prevalência de alimentos industrializados na alimentação de idosos com Hipertensão Arterial Sistêmica, participantes de um grupo de educação em saúde, para incentivar a adesão ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e descritivo com 45 idosos hipertensos na faixa etária de 60 a 85 anos, participantes de um grupo de educação em saúde de um ambulatório especializado da atenção secundária, no período de junho a agosto de 2019. Foram aplicados entrevista e questionário de frequência alimentar adaptado para alimentação industrializada e realizadas ações educativas como aulas expositivas e atividades lúdicas voltadas à promoção da alimentação saudável. Resultados: Dos 45 idosos participantes, 24 apresentam Diabetes Mellitus tipo 2, 21 dislipidemia e 08 alguma doença cardíaca. Dos alimentos industrializados analisados, os que apresentaram maior consumo foram: biscoitos sem recheio (91,11%), embutidos (77,78%), molhos prontos (62,22%), refrigerantes (51,11%), balas (48,89%), caldos e temperos prontos (46,67%), gelatina (46,67%), sorvete (42,22%), macarrão instantâneo (26,67%), chocolates e sobremesas lácteas (24,44%). Sublinhando-se a necessidade de conscientização, foram elaboradas as ações educativas voltadas à reeducação alimentar a fim de promover a alimentação saudável. Conclusão: Pode-se concluir que a prevalência de alimentos industrializados na alimentação do grupo estudado é alta. A literatura não recomenda o consumo desses alimentos devido à alteração da composição nutricional como: alta densidade calórica, adição excessiva de sal e açúcar, conservantes, corantes, aromatizantes e estabilizantes industrializados o que dificulta o controle da Hipertensão Arterial Sistêmica, assim como outras doenças, sendo indicado refeições baseadas em alimentos in natura ou minimamente processados. As ações educativas mostram-se de grande importância para a identificação e esclarecimento de dúvidas, conscientização e conseqüentemente, mudança de hábitos alimentares.

## **ADESÃO DO TRATAMENTO ENTRE IDOSOS HIPERTENSOS DO ESTADO DE SÃO PAULO E MATO GROSSO**

Trabalho científico

Tainá Maria Cavassana

Rita de Cássia Helú Mendonça Ribeiro

Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto

Objetivo: Comparar a adesão ao tratamento medicamentoso entre idosos hipertensos atendidos no ambulatório de Geriatria de um Hospital Escola na cidade de São José do Rio Preto, estado de São Paulo com a adesão medicamentosa de idosos hipertensos na população da cidade de Terra Nova do Norte, estado do Mato Grosso, atendidos pelo Projeto Rondon em 2017. Metodologia: O estudo foi realizado com os idosos hipertensos em duas cidades distintas de dois estados. Um grupo foi de 50 idosos atendidos no ambulatório de clínica médica e de geriatria de um hospital de ensino em São José do Rio Preto no

interior de São Paulo; o outro grupo, de 50 idosos da cidade de Terra Nova do Norte, estado do Mato Grosso, durante o mês de julho de 2017. A coleta de dados foi feita por meio de questionário contendo dados sociodemográficos, doenças de base, níveis pressóricos, juntamente com o teste de adesão medicamentosa de pacientes, Teste de Morisky e Green. Resultados: Do total de 100 pacientes do estudo, 50 idosos de São José do Rio Preto, estado de São Paulo; 64% eram mulheres, destas 32% apresentaram adesão. No estado do Mato Grosso dos 50 idosos, 64% eram homens, destes 36% apresentaram adesão. As doenças de base associadas à hipertensão mais frequentes foram a diabetes mellitus, doenças endócrinas, dislipidemia e doenças hepáticas. A média da pressão arterial para pacientes que apresentaram adesão em São José do Rio Preto no estado de São Paulo foi considerada controlada de 118x75 mmHg e descontrolada 153x90 mmHg. Para os idosos que não apresentaram adesão foram 124x76 mmHg e 138x95 mmHg, respectivamente. Para os idosos de Terra Nova do Norte, Mato Grosso, a média da pressão arterial foi para os que apresentaram adesão considerada controlada de 123x79 mmHg e descontrolada 149x89 mmHg, e os que não apresentaram adesão, 123x79 mmHg e 143x94 mmHg. Conclusão: Na adesão ao tratamento houve predomínio de mulheres em São José do Rio Preto e homens, em Terra Nova do Norte. Doenças de base associadas à hipertensão foram diabetes mellitus, doenças endócrinas, dislipidemia e doenças hepáticas nas duas cidades que foi realizada a pesquisa. E mesmo para os pacientes que tiveram adesão ao tratamento em ambas as cidades, foram apresentados níveis pressóricos irregulares, hora controlados e hora não controlados.

## **AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE E TERRITÓRIO: UMA INTERVENÇÃO EM SAÚDE DO IDOSO EM FRANCO DA ROCHA (SP)**

Relato de Experiência

Katia Karina Gonçalves Ferreira de Jesus

Fernanda Pavoni

Tereza Etsuko da Costa Rosa

INSTITUTO DE SAÚDE DA SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE SÃO PAULO

Caracterização do problema: A população idosa ganha em evidência no contexto das transições demográfica e epidemiológica. O município de Franco da Rocha também está acompanhando o fenômeno do envelhecimento e de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, a população idosa do Município representa quase 10% em relação à população total. A intervenção, tendo como tema a saúde do idoso, foi realizada em uma unidade básica de saúde do município de Franco da Rocha. O objetivo foi proporcionar espaço de reflexão e problematização das temáticas relacionadas à Saúde do Idoso com vistas ao rompimento de ideias preconceituosas e paradigmáticas sobre a pessoa idosa. Descrição: O desenvolvimento do trabalho se deu em quatro etapas: 1) indicação do local; 2) análise das demandas 3) planejamento e 4) intervenção. Tomando os pressupostos básicos da Educação Permanente em Saúde, foram planejados quatro encontros temáticos para serem executados em grupos operativos, com a participação de Agentes Comunitários de Saúde. A intervenção teve o objetivo de problematizar diversas questões do envelhecimento tendo como foco: 1) Mitos e preconceitos do envelhecimento; 2) o dia a dia do trabalho e a saúde dos idosos; 3) o território e a saúde do idoso; e 4) a integralidade na saúde do idoso. Durante os encontros observaram-se a dinâmica grupal e institucional e o desenvolvimento de conhecimentos, reflexões com maior criticidade, revisão dos conceitos, diálogo e a interação entre os participantes no movimento dialético, indo ao encontro da proposta grupal. Lições aprendidas: A participação dos Agentes Comunitários de Saúde foi importante pois são os profissionais que conhecem as famílias, suas peculiaridades relacionadas às dinâmicas no que tange aos cuidados à saúde, e o território enquanto espaço vivo, ocupado não somente de objetos, de recursos, de problemas e de necessidades, mas um espaço onde se constroem relações sociais. O 1º e 2º encontro problematizou e refletiu sobre os mitos do envelhecimento, como os participantes compreendem a velhice e a relação com a prática no cotidiano. Os dois últimos encontros permitiram um exercício prático de territorialização em saúde, por meio de técnicas que auxiliaram na participação e desenvolvimento de raciocínio voltado para o reconhecimento da situação de saúde no território e o mapeamento dos recursos, levando em conta o princípio da integralidade para os cuidados da pessoa idosa. A dinâmica dos encontros proporcionou a troca de experiências entre os profissionais de saúde, construção e desconstrução de paradigmas, favorecimento da exposição de ideias e estratégias para o cuidado da pessoa idosa, reconhecimento de potencialidades através de novos olhares para o território vivo. Recomendações: a experiência de

educação permanente em saúde com os profissionais é de extrema importância pois favorece o acesso e a melhoria da qualidade dos serviços prestados à população idosa.

## **ALZHEIMER EM FOCO: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO DE CONSCIENTIZAÇÃO PARA IDOSOS E CUIDADORES**

Relato de Experiência

Luciana de Carvalho Zuzarte

Bruna Marcolino dos Santos

Ana Gabriela Trindade Assis

Evellyn Aguiar Marques

Juliana Santos do Nascimento

Karina Ondina Coelho da Silva

Letícia Beatriz Silva dos Santos

Rosamaria Rodrigues Garcia

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia - José Ermírio de Moraes

Caracterização do problema: Segundo relatório da Associação Internacional de Alzheimer de 2015, a cada 3,2 segundos um novo caso de doença de Alzheimer é diagnosticado no mundo. A previsão é que em 2050 este número passe para um novo caso a cada segundo. A partir disso, foram propostas atividades para conscientização sobre a Doença de Alzheimer em equipamento da atenção secundária para idosos, cuidadores e familiares. Descrição: Trata-se de relato de experiência sobre as atividades que foram realizadas em evento de conscientização da Doença de Alzheimer. Participaram 81 pessoas no mês de setembro de 2019, dentre usuários e participantes de grupos de cuidado multiprofissional. Elaborou-se quatro atividades relacionadas à promoção da saúde, alimentação saudável e prevenção, cuidados no desenvolvimento da doença de forma dinâmica e lúdica, além de treino cognitivo para memória. Utilizou-se recursos de recortes e colagem de figuras que remetessem a viagens com valor afetivo para resgate de lembranças da vida dos participantes, jogos com alimentos que ajudam na manutenção da memória, memorização de listas de supermercado, atividades para estimulação de tato, olfato e audição com olhos vendados, objetos com diferentes texturas e alimentos com diferentes cheiros e, por fim, exercícios multidirecionais de equilíbrio com associação de comando e figuras. Lições aprendidas: Os participantes manifestaram suas dúvidas e experiências em relação à doença e demonstraram-se bastante interessados pela temática. Houve relatos de satisfação pela forma com que o conteúdo foi transmitido. Os participantes receberam informações sobre prevenção e estimulação cognitiva de forma acessível e interessante para a prática diária. Vale ressaltar o benefício da atividade em grupo, da socialização e do protagonismo. Aos cuidadores participantes do evento, foram entregues cartilhas com orientações específicas para cuidadores de pacientes com Alzheimer, além de convite para participarem do grupo do equipamento. Recomendações: A transmissão de informações sobre o conceito da doença, como identificar os sintomas mais frequentes, e o esclarecimento de dúvidas e preocupações do público em relação à Doença de Alzheimer de forma lúdica e prática, mostrou-se enriquecedor para a conscientização da doença. Valoriza-se aqui a troca de experiências e de angústias, em espaço qualificado para apoiar o idoso e sua família.

## **ANÁLISE DE AUTOPERCEÇÃO DA SATISFAÇÃO CORPORAL EM IDOSAS DA COMUNIDADE**

Trabalho científico

Carla Maria de Andrade Souza

Jorge Luiz de Brito

Gabriel Alves Vilela

Mônica Beatriz Ferreira

Guilherme Bueno Silva Alves

Lívia Maria Ribeiro Rosário

Rosana Figueiredo Costa

Centro Universitário do Sul de Minas - UNIS MG

OBJETIVO: Identificar a satisfação corporal em mulheres idosas da comunidade. METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal, de campo com abordagem quantitativa realizada entre agosto e

setembro de 2019, voluntariamente após a aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas Gerais – FEPESMIG, parecer 2.747.552 e CAAE: 9064318.3.0000.5111, com assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. A amostra foi constituída aleatoriamente de mulheres matriculadas no Projeto Unis Sênior, com idade de 60 anos e mais. Foi aplicado um instrumento de caracterização dos sujeitos contendo dados sociodemográficos elaborado pelos pesquisadores e, a Escala de silhueta de Stunkard para identificação de satisfação corporal. RESULTADOS: A amostra foi composta por 36 mulheres com idade média de 69 anos (entre 60 e 80 anos). Quanto ao reconhecimento do próprio corpo 13% (n=5) apontam estar eutróficas, 55%(n=20) em sobrepeso e 25% (n=9) obesas e 7% em obesidade grau II. Quanto o nível de satisfação do seu corpo, há plena satisfação com o próprio corpo (100%); quanto as que reconhecem seu corpo com sobrepeso, 75% relatam estar satisfeita, enquanto que as com obesidade 67% demonstram estar infeliz com o corpo e, as de obesidade grau II, 55% demonstram estar satisfeitas. Em análise a relação satisfação e faixa etária, 56% (n=8) das mulheres com idade inferior a 69 anos não estão satisfeitas com sua imagem corporal; já 79%(n=15) das com idade superior a 70 anos demonstram estarem satisfeitas com o próprio corpo. CONCLUSÃO: Os dados apresentados indicam que a maior parte das idosas entrevistadas estão satisfeitas com sua imagem corporal mesmo indicando estarem em sobrepeso ou obesas. A formação da imagem corporal pode ser influenciada pelo sexo, idade, crenças e atualmente a mídia tem um apelo forte em relação ao nível de satisfação corporal, com imposições de padrões de beleza e felicidade, influenciando sobre o comportamento e atitudes dos indivíduos. A literatura apresenta que a auto estima tem influência na aceitação da imagem corporal pela questão da resiliência. Dentre as justificativas podemos afirmar que elevado nível de satisfação corporal possa estar presente em idosos participantes de atividades coletivas, por conta da convivência com indivíduos da mesma faixa etária e com mesmos objetivos, corroborando assim para a afirmativa sobre a importância de projetos voltados para idosos da comunidade.

## **APLICABILIDADE, SEGURANÇA E ACEITABILIDADE DO IMMERSIVE REHABILITATION SYSTEM PARA O TREINAMENTO MOTOR E COGNITIVO DE IDOSOS**

Trabalho científico

Erika Christina Gouveia e Silva

Jéssica Maria Ribeiro Bacha

Beatriz Caruso Soares

Tatiana Fonseca

Karina Santos Vieira

Camila Torriani-Pasin

José Eduardo Pompeu

Universidade de São Paulo

Objetivo: Analisar a aplicabilidade, segurança e aceitabilidade do iRES para o treinamento motor-cognitivo de idosos. Métodos: Foram recrutados 11 jovens e dez idosos. Critérios de inclusão: ambos os sexos, com até 80 anos de idade, com MEEM > 24 e GDS < seis. Critério de exclusão: queixas associadas a vestibulopatias. Para o uso do sistema, foram empregados Oculus Rift® e Kinect Sensor®. Os movimentos dos participantes, foram capturados por um sensor Kinect, e foram replicados por um avatar dentro do ambiente virtual. Foi solicitado aos participantes que realizassem marcha estacionária em cada fase, com objetivo de alcançar determinados objetos enquanto caminhavam em uma floresta virtual. A aplicabilidade foi avaliada pelo limite de fase alcançada; a segurança, por surgimento de sintomas, como: náusea, vômito, tontura, vertigem, taquicardia, visão turva, xerostomia dentre outros; e a aceitabilidade, por opiniões sobre o sistema (o que achou, se indicaria para alguém, se jogaria o jogo em sua residência). A análise estatística foi realizada por meio de medidas descritiva dos resultados por meio de média, desvio padrão, intervalo de confiança de 95%, número absoluto e relativo de ocorrência de eventos adversos e frequência de respostas dos questionários. Houve uma comparação entre os participantes jovens e idosos quanto às variáveis de aplicabilidade, segurança e aceitabilidade. Os testes estatísticos utilizados foram: Teste de Mann-Whitney e o Teste Qui-quadrado para variáveis não paramétricas e nominais, respectivamente. Resultados: Somente 30% dos idosos chegaram à última fase, em comparação a 81% dos jovens. Tanto jovens quanto idosos apresentaram sintomas, sem diferença significativa. Em contrapartida, idosos sentiram-se mais motivados ao testarem o sistema (p=0,04) e o indicariam a outras pessoas com mais frequência (p=0,03). Conclusão: O sistema não possui aplicabilidade e segurança,

porém apresenta aceitabilidade. O surgimento de sintomas deve-se provavelmente ao tempo de permanência no teste e ao conflito sensorial desencadeado pela imersão.

## **APLICAÇÃO DA ESCALA DE BERG EM IDOSOS PARTICIPANTES DE GRUPOS DE EXERCÍCIOS NA UNIVERSIDADE MUNICIPAL DE SÃO CAETANO DO SUL**

Bruno Ruocco Verengue  
Gustavo Ruas de Almeida  
Leonardo Ruan Vicente Guilhermino  
Maria Luisa Garcia Novelli  
Marcela Scarranarro  
Matheus Leite Praça  
Naiara Santiago Sousa  
Nathália Noel Sales  
Sabrina de Souza Pimentel  
Carla Dellabarba Petricelli  
Rosamaria Rodrigues Garcia  
Juliana Aparecida Boaretto

Introdução: O equilíbrio é um processo complexo que depende da integração da visão, da sensação vestibular e periférica, dos comandos centrais e respostas neuromusculares e, particularmente da força muscular e do tempo de reação. Declínio funcional relacionado à idade pode ser demonstrado em todas as partes desses sistemas tendo como resultado o fato de que um terço da população acima dos 65 anos sofre quedas a cada ano. Objetivo: Comparar o equilíbrio de idosos atendidos na clínica escola de fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS). Métodos: Estudo transversal e comparativo utilizando a Escala de Equilíbrio de Berg (EEB) que é composta por 14 itens com escala ordinal de 5 alternativas que variam de 0 a 4 pontos, sendo pontuação máxima de 56. Esta ferramenta de avaliação do equilíbrio foi aplicada em dois grupos terapêuticos no Estágio de Fisioterapia em Saúde Coletiva. Ambos possuem como objetivo terapêutico a manutenção e/ou melhora do equilíbrio estático e dinâmico, força muscular de membros inferiores, mobilidade, propriocepção, prevenção de quedas. O grupo A foi composto por 5 mulheres com diagnóstico de osteoartrose de joelhos e 40% apresentam osteoporose associada. O grupo B foi composto por 6 idosos (5 mulheres e 1 homem), com diagnósticos de osteoartrose de joelhos, sarcopenia, AVE, neuropatia periférica de MMII. Resultados: A média de idade no grupo A foi de 72,3 anos, a média do escore da EEB foi de 53,6 pontos; dois pacientes relataram quedas no último ano. Já no grupo B, a média de idade foi de 75,6 anos, obtendo uma pontuação média no EEB de 44,1, dois pacientes tiveram quedas no ano anterior e uma paciente faz uso de dispositivo de apoio. Desta maneira, o grupo B apresentou maior prejuízo no equilíbrio, perda de 21,2% em relação ao escore máximo e o grupo A com perda de 4,3%. Conclusão: A EEB é um bom instrumento para avaliar o equilíbrio, detectar o grau de instabilidade postural e auxiliar o fisioterapeuta na tomada de decisão em relação a importância de estratégias para a prevenção de quedas em idosos, bem como para nortear a melhor escolha de exercícios terapêuticos em grupo. Apesar do grupo B possuir maior redução da capacidade funcional, isso não os impede de realizar exercícios em grupo com segurança atingindo os mesmos objetivos que seriam propostos numa sessão de cinesioterapia individual, garantindo assim, o benefício da socialização e participação ativa no seu processo de produção do cuidado.

## **APLICAÇÃO DE UM INSTRUMENTO DE RASTREIO DE SAÚDE BUCAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS**

Trabalho científico  
Marcelo Ivander Andrade Wanderley  
Elisa Oliveira Batagini  
Bruno Guardieiro

Centro de Referência do Idoso da Zona Norte OSS ACSC

A saúde bucal desempenha um papel importante na saúde geral e bem-estar dos pacientes idosos, o que favorece a inclusão de instrumentos que sejam simples e de fácil reprodução para o rastreamento da condição bucal na rotina do cuidado geriátrico. O Oral Health Assessment Tool (OHAT) é um instrumento para avaliação multiprofissional da saúde bucal que foi traduzido e validado para língua portuguesa como



Avaliação da Saúde Bucal para Triagem Odontológica (ASBTO) por profissionais da área de Odontologia e Enfermagem. O instrumento possui 8 categorias independentes (Lábios, Língua, Gengivas e Tecidos Moles, Saliva, Dentes Naturais, Dentaduras, Higiene Bucal e Dor) que são avaliadas e pontuadas de 0 a 2 cada uma (0 = saudável, 1 = presença de alteração ou 2 = não saudável), sendo que o escore final pode variar de 0 a 16. O objetivo deste estudo foi demonstrar a aplicação do instrumento ASBTO numa instituição de longa permanência para idosos. Para isso, dois cirurgiões-dentistas com experiência na aplicação do ASBTO abordaram 71 residentes do Lar Madre Regina, instituição que abriga idosos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos, em vulnerabilidade, risco social e/ou fragilidade familiar. Destes 71 idosos, 4 recusaram a participação no estudo e 2 não permitiram a avaliação devido ao estado de agitação e não colaboração no momento da visita. Foram incluídos no estudo 65 idosos com idade entre 63 a 97 anos (média  $76,6 \pm 8,6$ ) e em sua maioria mulheres (46/71). As avaliações ocorreram em local reservado dos demais residentes, com iluminação ambiente e utilizando-se luvas de procedimento, gaze e espátulas de madeira durante dois dias consecutivos. A variação do escore final para esta população foi de 0 a 6 com média  $2 \pm 1,5$ . De uma forma geral, a categoria Higiene Bucal apresentou a maior somatória de escores. Em seguida, as categorias Dentes Naturais e Dentaduras também exibiram maior frequência de escores negativos, denotando uma grande demanda por tratamentos clínicos básicos e reabilitadores. O uso de um instrumento de rastreio de saúde bucal na rotina de uma instituição de longa permanência permite o levantamento dinâmico de necessidades pontuais de intervenção e ao mesmo tempo pode definir planos de cuidados comuns, independente da capacidade do indivíduo em reportar sintomas bucais.

#### ART SÊNIOR – CRIANDO COM RESÍDUOS

LORENZINI, L. R.

MARTINI, A.

COMTID – Coordenadoria Municipal da 3ª Idade - Prefeitura Municipal de São Caetano do Sul.

Caracterização do problema: No desenvolvimento econômico, a renda per capita média de São Caetano cresceu 84,53% nas últimas décadas, passando de R\$ 1.107,53 em 1991 para R\$ 2.043,74 em 2010. A extrema pobreza (medida pela proporção de pessoas com renda domiciliar per capita inferior a R\$ 70) foi medida em 0,09% no ano de 2010. De acordo com a Fundação SEADE, em 2016 havia aproximadamente 31.934 mil pessoas com 60 anos ou mais, ou seja, mais de 20% da população total. O rápido processo de envelhecimento da população brasileira demanda, cada vez mais, ações efetivas do Estado voltadas à garantia dos direitos fundamentais da pessoa idosa e prioridade nas políticas públicas de promoção à saúde e de cuidado em defesa da vida. Exige também atenção especial da própria pessoa idosa e das famílias, que terão de assumir atitudes que contribuam para promover bem-estar, conforto e mais qualidade de vida. Entre essas atitudes, está a conscientização sobre os cuidados com o meio ambiente. O processo de envelhecimento faz parte do ciclo natural da vida, sendo influenciado tanto pelo estilo de vida quanto por fatores genéticos. A prática de atividades manuais são medidas importantes para auxiliar um envelhecimento ativo nos âmbitos intelectual, físico e emocional. Descrição: O grupo foi criado a partir do curso Atualizando a Maturidade, projeto que teve início em Outubro de 2018 com objetivo de oferecer cursos preparatórios para reinserir o idoso de São Caetano do Sul no mercado de trabalho. Após participarem de aulas que estimularam o cuidado com o meio ambiente, valorização da cidadania e desenvolvimento de habilidades manuais por meio de resíduos descartáveis, criação de hortas sustentáveis e oficinas de costura de materiais descartáveis, despertou no grupo a vontade de confeccionar peças variadas para uso pessoal ou decorativo. O grupo se reúne as quartas e sextas-feiras no CISE da 3ª Idade João Castaldelli para confecção destas peças, além de participarem de oficinas culturais promovidas pela Secretaria de Cultura, que aprimoram ainda mais seus conhecimentos. A arrecadação de materiais residuais ocorre no próprio CISE, o que não é utilizado pelo grupo é encaminhado para Cooperativa de Resíduos do município. Empresas como General Motors do Brasil – GM, Leroy Merlyn SCSul e USCS – Universidade Municipal de São Caetano do Sul colaboraram com a doação de paletes, ferramentas e máquinas de costura. Lições aprendidas e recomendações: Através destes cursos, garantimos o atendimento socioeducativo, estimulando a participação da convivência social entre os idosos aliado a conscientização aos cuidados com o meio ambiente, confecção de artesanatos e objetos de decoração. Os

trabalhos manuais trazem benefícios que estão ligados à ocupação da mente, à prática do raciocínio e ao entretenimento. Em alguns casos podendo até virar uma atividade remunerada.

## **ASSISTÊNCIA AO IDOSO NA SAÚDE MENTAL: A EXPERIÊNCIA DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR NA ENFERMARIA DE GERIATRIA DO IPQ/HC**

Relato de Experiência

Irinéia de Souza Normandia

Débora Pastore Bassitt

Juliana Inhauser Riceti Acioli Barboza

Patrícia Buchain

Sandra Rosana da Silva Lages de Oliveira

Instituto de Psiquiatria - Hospital das Clínicas

Caracterização do problema: A partir do aumento da expectativa de vida da população brasileira e reconhecendo as peculiaridades do idoso com transtorno mental, no início dos anos 2000 é implantada a enfermaria de geriatria no Instituto de Psiquiatria do HC, com objetivo principal de garantir o atendimento hospitalar para a população idosa com transtornos mentais. Descrição: Atualmente, a enfermaria atende 10 idosos, sendo que a maioria da internação é pelo SUS, e a média de permanência é de 50 dias. A equipe é constituída por médicos (psiquiatras e geriatras), enfermeiros, psicólogas, terapeutas ocupacionais, assistente social, nutricionista, técnicos de enfermagem e administrativo, o que possibilita atendimento integral aos idosos. Dentre os critérios para a inclusão na enfermaria, destacam-se: pessoas acima de 60 anos; doenças predominantemente psiquiátricas; tratamento de pacientes em fase aguda ou em reagudização; necessidade de avaliação, intervenção rápida ou cuidados específicos quando não for possível em ambulatório; pacientes cujo estado clínico geral possibilite a permanência na enfermaria; pacientes de difícil diagnóstico e manejo, internados para investigação e ajuste da medicação; idosos cujos familiares ou acompanhantes aceitem participar das atividades propostas. Assim que o idoso é internado, são realizadas as devidas avaliações e discussões com os profissionais da equipe (médicos, enfermeiras, assistente social, psicólogas, terapeuta ocupacional e nutricionista) para a construção do projeto terapêutico singular e operacionalização dos tratamentos, respeitando a singularidade de cada idoso e o contexto familiar e social. Durante o período de internação, o idoso é avaliado diariamente pelos enfermeiros e médicos, para que sejam tomadas as condutas técnicas referentes aos transtornos mentais e às comorbidades clínicas apresentadas pelo idoso. Os demais profissionais da equipe acompanham o idoso no atendimento individual e/ou grupal. Entretanto, todos participam, pelo menos, duas vezes por semana da reunião de equipe para discutir o caso e construir as propostas terapêuticas. Além dessas intervenções, o trabalho com família é outro grande foco da equipe, que busca sempre realizar atendimento grupal com cada familiar. Dependendo das questões presentes na relação com o idoso e na dinâmica familiar, são feitos atendimentos individuais com os profissionais e familiares. Lições aprendidas: Mesmo tratando de buscar alternativas para garantir um atendimento integral ao idoso, a equipe tem encontrado algumas limitações para a promoção da assistência, tanto durante a internação como após a alta hospitalar, que vão desde a falta de retaguarda familiar, falta de serviços de atendimento para os idosos com transtornos mentais, sobrecarga dos familiares responsáveis pelos cuidados, até a escassez de políticas públicas voltadas à população idosa (ILPI, centros dia e renda mínima). Recomendações: Aplicação da Política Nacional de Saúde do Idoso e de outras leis que contemplam as necessidades dos idosos.

## **ASSOCIAÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA DA PANTURRILHA COM DESFECHO HOSPITALAR EM IDOSOS**

Trabalho científico

Caroline Oliveira Lima

Kelly cristina Araujo Estrela

Juliana Alexandre Pinto

Universidade Federal de São Paulo

Objetivo: Verificar se existe associação entre a circunferência de panturrilha(CP) e desfecho clínico.

Métodos: Trata-se de um estudo de caráter transversal com pacientes idosos de ambos os sexos internados

em uma Unidade Semi-Intensiva no Pronto Socorro de um hospital universitário da cidade de São Paulo. A coleta dos dados foi realizada a partir de um banco de dados, composto por variáveis quantitativas e qualitativas (sexo, idade, peso, altura, Índice de Massa Corporal - IMC, CP, risco nutricional, dias de internação e desfecho clínico). A CP foi categorizada como adequada e inadequada de acordo com os pontos de corte de duas classificações: foi considerada inadequada CP  $\leq 31$  cm para ambos os sexos, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS); ou CP  $\geq 33$  cm e CP  $\geq 34$  cm para mulheres e homens, respectivamente, segundo o estudo de Barbosa-Silva et al. que estabelece novos pontos de corte para a população brasileira. O risco nutricional foi determinado segundo a classificação do Nutritional Risk Screening (NRS-2002). Já o desfecho hospitalar foi definido em duas categorias, sendo considerado favorável quando o paciente apresentou alta hospitalar e desfavorável quando o paciente foi transferido para Unidade de Terapia Intensiva (UTI) ou evoluiu para óbito. As análises estatísticas foram realizadas com auxílio do programa Bioestat versão 5.3. Resultados: Foram estudados 54 idosos, dos quais 57,4% (n=31) eram do sexo feminino e 42,6% (n=23) do sexo masculino. Do total da amostra, 75,9% (n=41) dos idosos eram não longevos. A média do IMC foi de 24,05 kg/m<sup>2</sup> (DP = 5,26). A média da CP foi de 31,53 cm (DP = 4,02) em ambos os sexos. Houve associação estatisticamente significativa entre CP e desfecho hospitalar (p=0,047), onde a maioria dos pacientes com desfecho favorável apresentava valores de CP adequados e a maioria dos pacientes com desfecho desfavorável apresentava valores de CP inadequados. Em relação ao risco nutricional e CP, houve associação significativa (p=0,004), onde a maioria dos pacientes com risco nutricional apresentava valores de CP inadequados. Conclusão: Os resultados ora apresentados permitem inferir que a CP inadequada tem associação a pior desfecho clínico da população idosa internada. Por isso, faz-se importante a medição da CP nessa população, a fim de identificar a quantidade de massa muscular, possibilitando assim detectar os pacientes com maior risco de desnutrição e possível pior desfecho clínico, sendo esta uma medida de fácil utilização e de baixo custo.

## **ATIVIDADE DE PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA AÇÃO MULTIPROFISSIONAL**

Relato de Experiência

Evellyn Aguiar Marques

Ana Gabriela Trindade de Assis

Bruna Marcolino dos Santos

Juliana Santos do Nascimento

Letícia Beatriz Silva dos Santos

Luciana de Carvalho Zuzarte

Karina Ondina Coelho da Silva

Rosamaria Rodrigues Garcia

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia - José Ermírio de Moraes

Caracterização do Problema: Estudos apontam que junto ao envelhecimento populacional, novas demandas de saúde foram surgindo, como as quedas em idosos, nas quais se configuram como um problema de saúde pública devido à alta incidência em que ocorrem, apesar de que, segundo Moraes et al, a ocorrência de quedas não se caracteriza como consequência do envelhecimento e sim da condição clínica inadequada e ambiente inseguro e que quando associadas às alterações fisiológicas do envelhecimento, são favorecidas. Com isto, faz-se necessária a mobilização dos serviços de saúde para a sua prevenção e manutenção das condições predispostas à ocorrência de quedas. Descrição: Foi realizada uma ação voltada à prevenção de quedas em idosos participantes de grupos de educação em saúde de um ambulatório de atenção especializada, além de participantes externos, sendo realizado um circuito de quatro estações sobre quedas em idosos, envolvendo medo de cair, cuidados com os pés, influência da alimentação no risco de quedas e exercícios para equilíbrio. Participaram da ação 124 idosos. Na abordagem sobre o medo de cair, os idosos realizaram paródias, associando ao risco de dependência ocasionado pela queda. Os idosos referiram que nunca haviam feito atividades para estímulo de sensibilidade dos pés, mostrando interesse em repeti-las em casa devido à sua simplicidade e facilidade de acesso aos materiais. Em relação à alimentação, os idosos mostraram-se surpresos quanto aos riscos que o jejum traz para a ocorrência de quedas além de trazerem diversas dúvidas. Durante o circuito de exercícios, houve dificuldade em realizá-los por limitação no equilíbrio, gerando interesse em praticar mais atividade física para manter a saúde e bem-estar físico. Lições Aprendidas: A abordagem voltada à prevenção de quedas mostra-se uma ação indispensável aos serviços de saúde dada à alta incidência em

que ocorrem, com isto, essa ação pode ser traduzida como uma troca valiosa de informações sobre a temática, sendo possível identificar as preocupações dos idosos e fornecer apoio e amparo às suas dúvidas. Recomendações: Ações de prevenção que utilizam de recursos lúdicos e que colocam o idoso como protagonista de seu próprio cuidado são importantes para uma melhor adesão às orientações, uma vez que a aprendizagem se dá pela prática das ações de cuidado.

## **ATIVIDADES EXTERNAS EM ILPI'S COMO FORMA DE RESSIGNIFICAÇÃO SOCIAL**

Relato de Experiência

Thalita Aragão Costa Fernandes

UNIBES - União Brasileiro Israelita do Bem Estar Social

A Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI)

Unibes Casa da Vila é um serviço de acolhimento da Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social em parceria com a Unibes – União Brasileiro Israelita do Bem Estar Social para pessoas com 60 anos ou mais, de ambos os sexos, com diferentes necessidades que não dispõem de condições para permanecer na família e que sejam independentes ou com leve dependência. A unidade está inserida na comunidade, tem características residenciais e estrutura física adequada, visa o desenvolvimento de relações próximas do ambiente familiar e interação social com pessoas da comunidade. Entendemos que o abrigo, alimentação e saúde adequadas e dignidade dentro do equipamento são essenciais, porém não são suficientes para a manutenção do processo de envelhecimento saudável. Nessa perspectiva, dentro da ILPI Unibes Casa da Vila são ofertadas atividades lúdicas, educativas e de cidadania para manter independência e autonomia dos idosos. Pensando no processo de envelhecimento natural e ativo, seguindo demanda dos próprios residentes em rodas de conversa, e atendendo o art. 49 do Estatuto do Idoso onde “a instituição deve adotar programas que incentivem a participação do idoso nas atividades comunitárias”, estabelecemos a programação de atividades externas com objetivo de ampliar o universo cultural, o sentimento de pertencimento e ressignificação social, além de despertar interesses. No ano de 2018 realizamos 33 atividades externas em Museus, Parques, Shopping, Teatros etc. Antes de cada visita, discutimos a localização, histórias do bairro e do destino. Por vezes fomos acompanhados por educadores do próprio local visitado que nos orientaram sobre as obras ou história, enriquecendo a atividade. Após as visitas, há uma reunião sobre os aprendizados, sentimentos despertados e desejos futuros. Sempre fazendo um paralelo, se possível, com a própria história de vida do residente. Neste processo, visamos estimular memórias (adquiridas e vivências), socialização, construção e manutenção de vínculos e o reconhecimento de pertencimento social como cidadão autônomo e participativo. Proporcionar atividades externas apoiadas trouxe ganho na vida ativa dos residentes. Sair da instituição, hoje, significa muito mais que simplesmente passear. É exercer a cidadania através de ocupação de espaços públicos e privados, sentindo-se pertencente da cidade onde vive, atuando ativamente dentro da sociedade. Deixando, assim, a imagem de institucionalização ser sinônimo de confinamento, para ser de fato a residência atual desse idoso. É responsabilidade dos profissionais desenvolver estratégias para motivação do residente em participar das atividades, observando suas necessidades. Acreditamos que as atividades externas devam fazer parte da rotina das ILPI's, atendendo aos diferentes interesses e habilidades do grupo, contando com o apoio adequado da equipe técnica, e sempre respeitando desejos individuais e história de vida do idoso.

## **ATIVIDADES LÚDICAS NA CONSCIENTIZAÇÃO DE DEPRESSÃO EM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Relato de Experiência

Bruna Marcolino dos Santos

Letícia Beatriz Silva dos Santos

Luciana de Carvalho Zuzarte

Ivonilde Léa Ferreira

Rosamaria Rodrigues Garcia

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia - José Ermírio de Moraes

Caracterização do problema: A depressão é a primeira maior causa de incapacitação no mundo e acomete cerca de 15% da população idosa no Brasil. É um agravo multicausal e que deve ser tratado pela equipe multiprofissional quando diagnosticado. Muitas vezes a depressão é confundida como uma fase de

tristeza e, por isso, não é tratada adequadamente. O objetivo deste trabalho é relatar experiência realizada em ação sobre depressão e sofrimento para idosos de forma a fornecer informações sobre a patologia. Descrição da experiência: Em evento organizado em comemoração à “Semana dos Avós”, foram elaboradas cinco atividades com diferentes temas: dança circular, teatro com fantoches sobre solidão, encenação teatral sobre tristeza, paródia sobre sofrimento e criação de cartaz referente à depressão. Ao final, os subgrupos apresentaram o resultado final para todos. Lições aprendidas: Participaram 64 idosos. As atividades sobre saúde mental incentivaram a interação entre os idosos, que puderam compartilhar angústias e histórias relacionadas aos temas. Os idosos definiram a depressão como “doença da alma” e destacaram a importância do suporte familiar em seu tratamento. A encenação sobre tristeza representou uma festa natalina, um momento de muita alegria e reunião e, em conjunto, os idosos “mataram a tristeza”, alterando assim o tema para “Felicidade”. Com os fantoches, um personagem que estava sozinho na cena foi amparado pelos outros, seguido de apresentação da música tema do grupo. Por fim, na paródia sobre solidão, enfatizaram a importância do amor e do perdão, propondo que não existe sofrimento, mas sim falta de compreensão. Observou-se resistência durante a ação, evidenciando uma possível necessidade de fala e escuta. Ouvir os idosos, conversar e pensar em novas abordagens sobre assuntos que são considerados tabus mostrou-se necessário e benéfico ao longo das atividades. Recomendações: As ações educativas que desmistificam temas sobre sentimentos e envelhecimento, auxiliam na conscientização dos idosos, bem como na promoção da qualidade de vida na velhice, sendo necessário multiplicar essa prática, ampliando a conscientização.

#### **AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DO IDOSO DOMICILIADO: UMA ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NASF-AB**

Trabalho científico

Juliana Maria de Souza Santos

Thamiris de Medeiros Nóbrega

Renan Renato Bento de Oliveira

Tatiane Vieira Carmo

Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade da Prefeitura Municipal da Estância Balneária de Praia Grande

Objetivo: avaliar a capacidade funcional de pacientes idosos restritos ao domicílio e a correlação entre atividades de vida diária e atividades instrumentais de vida diária. Metodologia: trata-se de um estudo de caráter quantitativo, realizado em uma das Unidades de Saúde da Família cobertas pelo NASF-AB, no município de Praia Grande, estado de São Paulo; todos os voluntários deste estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da Prefeitura supracitada; a capacidade funcional do paciente domiciliado foi avaliada através da Escala de Avaliação das Atividades de Vida Diária de Katz e da Escala de Avaliação das Atividades Instrumentais de Vida Diária de Lawton e Brody; os questionários foram aplicados durante uma visita domiciliar, sendo necessária a presença de um cuidador no momento da entrevista; as visitas ocorreram num intervalo de 2 meses. A amostra foi selecionada dentro do universo de casos de pacientes domiciliados, solicitado às equipes de ESF o compartilhamento dos referenciados na unidade de saúde. A análise de dados ocorreu através da medida de média e desvio padrão e a correlação foi obtida através da função “CORREL”, contida no software editor de folhas de cálculo Microsoft Office Excel® 2010. Resultados: sete idosos participaram deste estudo, sendo quatro homens e três mulheres com média de idade de 72,5 anos; maior parte referiu restrição ao domicílio por motivos físicos e retorno à marcha domiciliar e/ou comunitária como sendo sua queixa principal; 71% dos participantes apresentaram dependência para mais da metade das tarefas questionadas na escala de Katz e 100% da amostra foi caracterizada como parcialmente dependente pela escala de Lawton e Brody, com pontuação média de 8,8; é observada forte correlação entre os achados na escala de Katz e de Lawton e Brody (-0,801387685). Considerações Finais: nesta pesquisa é possível verificar o estado de capacidade funcional de pacientes idoso restritos ao domicílio através das escalas empregadas, onde é visto que os participantes são parcialmente dependentes de seus cuidadores/ambientes em que vivem e que há forte correlação entre atividades de vida diária e atividades instrumentais de vida diária. Esta pesquisa possibilita a ampliação do olhar para o idoso domiciliado, observando seu contexto, e, a partir disso, buscar medidas, ações e melhores estratégias de conduta voltadas para a redução da incapacidade funcional e consequente restrição ao leito.

## **AVALIAÇÃO DA FRAGILIDADE DE IDOSOS INTERNADOS EM SERVIÇO DE EMERGÊNCIA DE UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO**

Trabalho científico

Juliane de Fátima Santos Antunes

Meiry Fernanda Pinto Okuno

Maria Carolina Barbosa Teixeira Lopes

Cássia Regina Vancini Campanharo

Ruth Ester Assayag Batista

Universidade Federal de São Paulo

O objetivo do estudo foi avaliar a fragilidade de idosos internados no Serviço de Emergência de um hospital universitário do estado de São Paulo. Metodologia: Estudo transversal realizado em Serviço de Emergência de um hospital universitário, localizado no município de São Paulo. Os critérios de inclusão foram indivíduos a partir de 60 anos de idade, internados no Serviço de Emergência durante o período de coleta de dados, março a junho de 2014, totalizando em uma amostra aleatória de 101 pacientes idosos, por período igual ou superior a 24 horas. Análise realizada pela aplicação da Edmonton Frail Scale (EFS). A avaliação da fragilidade foi realizada por meio da aplicação da EFS e realizada por uma das pesquisadoras, por meio de entrevista com o idoso, familiar ou cuidador, no período da tarde, em dias alternados. Foram pesquisadas as variáveis: gênero, idade, cor da pele, escolaridade, emprego, renda familiar, presença de cuidador, comorbidades, hábitos e diagnóstico médico na internação por meio da entrevista ou busca no prontuário do paciente. A EFS é composta por nove domínios: Cognição (0-2 pontos); Estado Geral de Saúde (0-4); Independência Funcional (0-2); Suporte Social (0-2); Uso de Medicamentos (0-2); Nutrição (0-1); Humor (0-1); Continência (0-1) e Desempenho Funcional (0-2). Os escores da escala são: 0 a 4 não apresenta fragilidade; 5 a 6 é aparentemente frágil; 7 a 8 fragilidade leve; 9 a 10 fragilidade moderada e de 11 ou mais pontos a fragilidade é severa. Quanto maior a pontuação da EFS maior o nível de fragilidade do idoso. Para comparar os domínios da EFS com a idade e o número de dependentes utilizou-se a Análise de Variância (ANOVA) e com as variáveis categóricas o teste Qui-Quadrado e, quando necessário, a Razão de Verossimilhança ou Exato de Fisher. Para comparar o escore total da escala com a idade e número de dependentes utilizou-se o coeficiente de correlação de Spearman e com as variáveis categóricas a Análise de Variância (ANOVA). O nível de significância utilizado foi 5% (p-valor < 0,05). Resultados: A média de idade foi 75 anos, 50,5% sexo feminino, 58,4% não terminou o ensino fundamental, 89,1% aposentados ou pensionistas e 84,2% acompanhados de cuidador. Antecedentes frequentes foram: hipertensão arterial (65,3%), diabetes mellitus (65,3%) e tabagismo (44,6%). Em relação à fragilidade, a média do escore total de 9,85, indicando fragilidade moderada. Os idosos com doenças neurológicas, demência, idade mais avançada e que tinham cuidador apresentaram maior nível de fragilidade além de maior dependência, perda de peso, tristeza ou depressão. Conclusão: Os idosos tiveram fragilidade moderada. As doenças neurológicas, demência, cardiopatia, doença osteomuscular e diabetes mellitus tiveram associação com a EFS. O rastreamento da fragilidade propicia planejamento com vistas à prevenção de incapacidade e o agravamento das condições de saúde dos idosos.

## **AVALIAÇÃO DE DOSES DE MEDICAMENTOS PSICOATIVOS E IMPLICAÇÕES NA TERAPÊUTICA MEDICAMENTOSA DO IDOSO**

Trabalho científico

Jaqueline Kalleian Eserian

Márcia Lombardo

Jair Ribeiro Chagas

José Carlos Fernandes Galduróz

Departamento de Psicobiologia, Universidade Federal de São Paulo. Centro de Medicamentos, Cosméticos e Saneantes, Instituto Adolfo Lutz|Objetivos: Avaliar a exatidão e variabilidade de doses resultantes de diversas formas de obtenção de doses individualizadas em medicamentos psicoativos, tal como a divisão de comprimidos e utilização de medicamentos líquidos de uso oral por meio de acessórios, e discutir suas implicações no tratamento do paciente idoso. Metodologia: Foram avaliados medicamentos de referência, genéricos e similares na forma de comprimidos com vinco (haloperidol) divididos com cortador de comprimidos e com as mãos, medicamentos líquidos de uso oral com apresentação em gotejador em PVC (haloperidol), gotejador em vidro (clonazepam), copo medida

(valproato de sódio) e seringa dosadora (carbamazepina). A potência e uniformidade de conteúdo das doses foram determinadas de acordo com métodos farmacopeicos. Resultados: Os comprimidos divididos com o cortador apresentaram o pior desempenho entre todas as formas avaliadas, com variação na quantidade de substância ativa entre as doses em torno de 60%. Houve diferenças significativas na dispensação de doses entre fabricantes do mesmo medicamento quando o mesmo volume ou número de gotas foi medido (37,8% para o gotejador em PVC, 33,5% para o gotejador em vidro, 27,6% para o copo medida e 12,3% para a seringa dosadora). Com relação à variabilidade de doses em um mesmo produto, os melhores desempenhos foram observados para a seringa dosadora e para o gotejador em vidro. O gerenciamento da terapêutica com medicamentos psicoativos envolve a utilização de doses individualizadas para fins de ajuste de dose tanto no início do tratamento quanto em sua descontinuação. Além disso, pacientes idosos podem requerer a utilização de doses reduzidas devido a mudanças fisiológicas relacionadas à idade que alteram o metabolismo dos fármacos. Diferenças entre fabricantes do mesmo medicamento podem potencialmente comprometer uma eventual substituição durante o decorrer do tratamento. Conclusão: A administração de doses exatas e precisas é essencial para a segurança e eficácia do tratamento. O risco inerente de administração de sub ou superdoses decorrente do fato de que parte dos acessórios e das metades de comprimidos não cumpriu a finalidade de fornecer doses exatas e precisas, além da falta de padronização entre fabricantes, acarreta em implicações clínicas iminentes associadas, sendo de grande relevância para o paciente idoso em tratamento com medicamentos psicoativos.

#### **AVALIAÇÃO DO PERFIL DE PORTADORES DE DOENÇA RENAL CRÔNICA (DRC)**

Trabalho científico

Suely T. Hirano

Valéria Souza

Viviane Souza

Leda A. D. Lotaif

Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia

A doença periodontal (DP) é uma doença crônica infecto-inflamatória que atinge o periodonto e a progressão da doença culmina na perda dos dentes. Alterações no metabolismo renal de cálcio e potássio, assim como o paratormônio ( características da doença renal crônica -DRC), atuam no metabolismo do tecido ósseo alveolar. Promovendo maior reabsorção óssea, contribuindo para a severidade da doença periodontal. As mesmas comorbidades que provocam alteração na função dos rins, também provocam alterações no periodonto, resultando em resposta inflamatória da gengiva, assim como a falta de integridade das demais estruturas do periodonto, desencadeando a doença periodontal. Objetivo: Conhecer o perfil geral do paciente portador de doença renal crônica (DRC) que faz acompanhamento ambulatorial na Seção de Nefrologia do Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia. Método: Foram selecionados pacientes com DRC em estágio 5, para preenchimento do questionário intitulado "Avaliação do Perfil de Portadores de Doença Renal Crônica". Resultados: A média de idade dos pacientes avaliados estava em torno de 61 anos; sendo 75% do gênero masculino; 85% não apresentavam histórico familiar de DRC; 65,85% apresentavam Diabetes mellitus, assim como alguma doença relacionada ao coração. Apenas 30% dos pacientes faziam acompanhamento com nutricionista e/ou dentista regularmente e estes mesmos 30% não tinham conhecimento sobre os medicamentos que devem ser evitados. Contudo, 85% afirmaram escovar os dentes ao menos 2 a 3 vezes ao dia e 75% não utilizava o fio dental regularmente e 85% dos pacientes são aderentes ao tratamento renal. Conclusão: A grande maioria dos pacientes com DRC apresenta como comorbidade, DM e/ou Doenças Cardíacas que predis põem para o desenvolvimento de DP. O estudo também aponta que esta população tem preocupação com a higiene bucal, porém existe a necessidade de maiores orientações, tanto com relação aos hábitos de higiene oral, quanto aos hábitos alimentares para manutenção de uma boa qualidade de vida.

#### **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE IDOSOS DISLIPIDÊMICOS APÓS INTERVENÇÃO NUTRICIONAL**

Trabalho científico

Kelly Cristina Araujo Estrela

Lucíola Sant' Anna de Castro

Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP

**Objetivo:** Avaliar a influência do tratamento nutricional nos perfis antropométrico, dietético e lipídico de idosos dislipidêmicos. **Métodos:** Estudo transversal realizado com idosos atendidos em ambulatório de nutrição, no período de janeiro de 2011 a janeiro de 2014, a partir de dados secundários. Avaliaram-se variáveis antropométricas, de consumo alimentar e bioquímicas, antes e após aconselhamento nutricional. Os dados de consumo alimentar foram obtidos através de Recordatório Alimentar de 24 horas. As orientações nutricionais dadas foram baseadas nas recomendações do Ministério da Saúde. A avaliação quantitativa do consumo alimentar foi realizada com auxílio do sistema on-line de análise de ingestão alimentar NutriQuanti® e tabelas de avaliação de consumo alimentar. Para a avaliação da ingestão dietética e das variáveis bioquímicas foram utilizados os parâmetros da Sociedade Brasileira de Cardiologia. A análise dos dados foi realizada com auxílio dos programas estatísticos BIOESTAT e STATISTICA. Empregou-se o teste t de Student pareado para comparação das variáveis numéricas, com nível de significância  $\leq 5\%$ ; igual a 5%. **Resultados:** Foram incluídos 33 pacientes, com média de idade de 67 anos, sendo a maioria do sexo feminino (66,7%). Do total, 48,5% (n=16) dos indivíduos apresentaram excesso de peso antes da intervenção. Após orientação nutricional, houve diminuição estatisticamente significativa do peso médio entre as mulheres (p=0,009), refletindo significativamente no Índice de Massa Corporal (p=0,004). Quanto ao perfil dietético, a média do valor energético total na primeira consulta foi de 1469,6 kcal e de 1446,8 kcal, entre mulheres e homens, respectivamente; ocorrendo redução significativa entre as mulheres (p=0,001). Os idosos apresentaram dieta normoglicídica, valores acima do recomendado de proteínas e valores limitrofes de lipídios, observando-se diminuição estatisticamente significativa (p=0,005) de lipídios após intervenção entre as mulheres. Ambos os sexos apresentaram ingestão acima do recomendado de ácidos graxos saturados (AGS), ocorrendo redução significativa (p=0,015) entre as mulheres. Em relação ao fracionamento da dieta, ambos os sexos realizavam em média 4 refeições diariamente, entretanto, houve aumento significativo entre as mulheres após a intervenção (p=0,037), passando de quatro para cinco refeições diárias. No que se refere às variáveis bioquímicas, observou-se redução significativa dos valores de triglicérides (p=0,019) e aumento significativo do HDL-c (p=0,012) entre mulheres, após intervenção nutricional. **Conclusão:** Os idosos apresentaram redução de peso, da ingestão de lipídios totais, de AGS e de níveis de triglicérides, além de aumento do fracionamento da dieta após a intervenção. A orientação foi eficaz para mudanças no consumo alimentar com reflexo no estado nutricional e perfil lipídico, ficando evidente a importância da intervenção nutricional para melhora na qualidade de vida dos idosos dislipidêmicos.

## **CAPACITAÇÃO DE CONSELHEIROS DA PESSOA IDOSA: UMA INICIATIVA IMPORTANTE PARA O FORTALECIMENTO DO CONTROLE SOCIAL.**

Relato de Experiência

Tatiane Andrade Alvarez

Enilda Maria de Sousa Lara

Glenda Dias dos Santos

Associação Beneficente Síria Hospital do Coração

O envelhecimento populacional é marcado pela transformação do padrão demográfico, portanto, torna-se importante o envolvimento de todos os setores da sociedade nas políticas públicas relacionadas ao envelhecimento. Nesse sentido, a Política Nacional do Idoso assegura os direitos sociais das pessoas idosas, a partir de ações que promovam sua autonomia, integração e participação. Como estratégia, a Política preconizou a criação do Conselho do Idoso, com o objetivo de contribuir para a formulação de políticas públicas para o idoso e exercer o controle das ações, assegurando a essa população os direitos sociais. As estruturas dos conselhos são constituídas por diferentes segmentos sociais, por isso, evidenciam-se, entre os conselheiros, assimetrias quanto ao conhecimento e habilidades. Nesse contexto, as capacitações são estratégias para horizontalizar os conhecimentos técnicos e políticos dos conselheiros. O Projeto Capacitação de Conselheiros Estaduais e municipais dos Direitos da Pessoa Idosa é uma iniciativa do Hospital do Coração em parceria com a Secretaria Desenvolvimento Social do Estado de São Paulo / Conselho Estadual do Idoso por meio do Fundo Estadual do Idoso. Tem o objetivo de formar 132 conselheiros do idoso do Estado de São Paulo. No ano de 2019 ocorreram três turmas de Capacitação e esta prevista a quarta turma para 2020. O Projeto de Capacitação fundamenta-se nos princípios da Educação Permanente e como Primeira Etapa ocorreu uma Oficina de Escuta como objetivo de construir um consenso em relação aos conteúdos fundamentais para Capacitação de Conselheiros, essa oficina



contou com especialistas das seguintes áreas: gerontologia, educação, políticas públicas e conselheiros, e como produto final foi construído a proposta de três Núcleos. A Capacitação é desenvolvida no modelo pedagógico bimodal, compreendendo 22 horas presenciais e 08 horas pelo Ambiente Virtual. A carga horária total é de 30 horas, divididas em três núcleos - Núcleo I: Políticas Públicas e Envelhecimento, Núcleo II: Você quer um bom conselho? e Núcleo III: Heterogeneidade na velhice. Participaram da Capacitação 90 conselheiros distribuídos entre representantes da sociedade civil e governo. Estes representantes são de 55 municípios do Estado de São Paulo, sendo 78% do gênero feminino, com média etária de 51 anos, e 68% relataram ter nível superior completo. Observa-se que 32% declarou atuar de 1 a 5 anos nas atividades do Conselho, 46% nunca participaram de Capacitação e 8% mencionaram ser sua primeira experiência como conselheiro. Conforme dados apresentados, percebe-se que 38% dos conselheiros que atuam por mais de um mandato não participaram de formação para desempenhar seu papel. A realidade encontrada entre os participantes revela ações tímidas relacionadas à formação de conselheiros, tornando este projeto uma iniciativa que pode ser replicada em outros conselhos e estados com objetivo de fortalecer o controle social.

## **CAPACITAÇÃO DE IDOSOS PARA O EMPREENDEDORISMO**

Trabalho científico

Glenda Dias dos Santos

Enilda Maria de Sousa Lara

Gizelda Monteiro da Silva

Otília Maria Lúcia Barbosa Seiffert

Tatiane Andrade Alvarez

Hospital do Coração

Introdução: Com aumento da longevidade, as pessoas querem se manter ativas, produtivas e úteis para a sociedade, adiando a saída do mercado de trabalho. Objetivos: Neste contexto, o projeto Capacitação de Idosos para o Empreendedorismo tem por objetivo estimular o desenvolvimento pessoal, o protagonismo e a capacidade empreendedora das pessoas idosas, promovendo o envelhecimento ativo e a permanência ou reinserção no mercado de trabalho. Métodos: Foi oferecido um curso com 16 encontros presenciais (64 horas), Ensino à Distância (7 horas), e consultoria individual (4 horas) totalizando 75 horas, com assuntos relacionados ao envelhecimento, às políticas públicas, ao empreendedorismo para pessoas idosas, às principais ferramentas para iniciar um novo negócio, à aprendizagem ao longo da vida, ao protagonismo e ao empoderamento. Resultados: 120 pessoas idosas foram capacitadas de novembro de 2018 a abril de 2019. Dentre os participantes, 85% estavam na faixa etária de 60 a 70 anos e 15% com idade entre 71 a 86 anos, 59% eram mulheres e com 72% com nível superior. No final do curso, 11% não apresentaram o plano de negócio finalizado e 89% elaboraram um plano de negócio, nas seguintes áreas: prestação de serviços, alimentação, comércio, vendas, moda, artesanato, eventos e outros. Realizou-se também um grupo focal, no qual os participantes puderam relatar as lições apreendidas nesse processo de formação como: o conhecimento adquirido impulsionou para sair da informalidade; o curso colaborou na ampliação da carteira de clientes e ofereceu novas possibilidades para inovar; ajudou a enxergar a situação atual e refletir no modo de trabalho; trouxe motivação, entusiasmo e segurança para empreender; colaborou para o aumento da percepção dos participantes para a aquisição de novos conhecimentos e busca de outras oportunidades; mostrou que é possível recomeçar, que a idade não é empecilho para o aprendizado; e a criação de uma rede de amigos que favoreceu sair da zona de conforto, do isolamento e da depressão. Após três meses da capacitação, 58,3% dos participantes estavam em atividades remuneradas. Dentre os participantes, 35% continuavam com a própria empresa que tinham antes de iniciar o curso; 11,6% formalizaram seu negócio mediante abertura de empresa; 9,2% trabalhavam por conta própria; e 2,5% estavam empregados em empresas privadas. Conclusão: a realização dessa capacitação possibilitou o exercício do empreendedorismo aplicado nos negócios e na vida pessoal, fortalecendo a autoconfiança, o protagonismo, novas oportunidades sociais e econômicas para as pessoas idosas.

## **CENTRO DIA PARA IDOSOS E APGAR FAMILIAR: INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO FUNCIONAL DO SISTEMA FAMILIAR**

Relato de Experiência

Wellington da Silva Oliveira

O Centro Dia para Idosos é um equipamento público e diurno destinado a atender idosos em situação de vulnerabilidade social, semidependentes e que possuem familiares, porém não recebem cuidados em tempo integral no domicílio e/ou adequados. Outra proposta é resgatar e/ou fortalecer vínculos do idoso com a sua família e comunidade. Os membros de uma família tem o compromisso em nutrir-se mutuamente para o amadurecimento emocional e físico de todos. Eventualmente na unidade tem se observado queixas no discurso de alguns idosos quanto ao seu sistema familiar no atendimento de suas demandas. Assim, para avaliar o grau de satisfação dos idosos quanto à capacidade funcional familiar utilizou-se o instrumento APGAR familiar. O acrônimo, do inglês, se refere aos componentes basilares do sistema familiar diante de desafios: adaptação (Adaptation), recursos intra e extrafamiliares compartilhados para resolução; parceria (Partnership), tomada de decisões e responsabilidades compartilhada pelos membros; desenvolvimento (Growth), favorecimento de maturação física e emocional, e autorrealização dos membros por meio de apoio e orientação mútuos; afetividade (Affection), intimidade e interações socioemocionais; e resolução (Resolve), compromisso, dedicação e tempo dos membros da família para solução de problemas. Este dispositivo é utilizado para rastreio diagnóstico e gerenciamento da família. Os resultados e interpretações do sistema familiar são: altamente funcional (7 a 10 pontos); moderada disfunção (4 a 6 pontos); e acentuada disfunção (0 a 3 pontos). Aplicou-se o instrumento em 19 idosos que resultou em famílias: 84% (16) altamente funcional; 16% (3) moderada disfunção; e nenhuma com acentuada disfunção. Quanto à questão mais pontuada foi do componente adaptação com 84% (16) das respostas “Quase sempre”; a menos pontuada foi desenvolvimento com 42% (8) das respostas “Quase nunca”; quanto às demais questões sobre parceria, afetividade e resolução houve poucas variações comparadas à questão que mais e menos pontua. O item adaptação aponta a satisfação do idoso em relação ao recebimento da assistência familiar para resolução de problemas; e o desenvolvimento indica disfunção na possibilidade de maturação e autorrealização do idoso. Avaliar a percepção do idoso quanto ao seu suporte no sistema familiar permite compreender em que medida o núcleo é capaz de atender suas demandas e intervir para favorecer um melhor cuidado. Embora se tenha observado idosos em condições marginais de vida e cuidado familiar empobrecido, sua percepção neste levantamento, tendeu ser mais positiva que negativa. Recomenda-se durante a aplicação do APGAR pergunta aberta sobre o componente que menos pontua para explorar a fraqueza na função familiar. Para que os profissionais ajudem a família com disfunção, precisa da colaboração de seus membros para identificar e avaliar seus recursos, contribuindo para superação dos embaraços da unidade nutricional.

## **CENTRO DIA PARA IDOSOS: (SOBRE)CARGA DO CUIDADOR FAMILIAR NO TENSIONAMENTO DA RELAÇÃO COM O IDOSO**

Relato de Experiência

Wellington da Silva Oliveira

Centro Dia para Idosos

O Centro Dia para Idosos (CDI) é uma instituição de curta permanência, pública e diurna, destinada a acolher idosos em situação de vulnerabilidade social; com dependência leve ou moderada para desempenho das atividades básicas de vida diária – ABVDs (higiene, alimentação, mobilidade); e que têm familiares, porém não recebem os cuidados necessários e/ou em tempo integral no domicílio. Alguns objetivos específicos do serviço com os usuários são cuidados pessoais; prevenir o isolamento e a institucionalização; estimular a autonomia e a independência; resgatar e/ou fortalecer vínculos familiares e comunitários; e dar suporte ao familiar por meio do acolhimento, orientação e informação. Contudo, o cotidiano na unidade tem mostrado por meio de relatos e observações o desgaste e a sobrecarga do cuidador familiar, decorrentes de cuidados prolongados e permanentes ao idoso em razão de sua senilidade. Assim, para mensurar e intervir na sobrecarga do cuidador familiar evitando a fragilização e/ou rompimento do vínculo com o idoso foi aplicada a Escala de Sobrecarga do Cuidador - ESC (Zarit, 1983). Refere-se a um dispositivo diagnóstico de sobrecarga ou risco e avaliação/monitorização. Constitui um mecanismo psicométrico confiável e é internacionalmente o mais utilizado em países com programas de intervenção dirigidos aos cuidadores familiares ou profissionais. O instrumento avalia a pontuação das respostas (entre 22 e 110), quanto maior o escore maior a possibilidade de sobrecarga, e classifica nos níveis: sem sobrecarga (22-46), sobrecarga leve (46-56) e sobrecarga intensa (56-110). Desta maneira, foram avaliados 22/30 cuidadores familiares com a ESC, e observaram-se os seguintes resultados: (4)18% sem sobrecarga; (5)23% sobrecarga leve; (13)59% sobrecarga intensa. Somando

sobrecarga ligeira e intensa são (17)82%, ou seja, evidenciam a urgência de intervenção, bem como prevenção com os demais. Os dados sugerem atenção aos cuidadores familiares, possibilitando a eles o desenvolvimento dos recursos necessários para o enfrentamento do problema tais como estimular a autonomia e independência do idoso, participar de grupos psicoeducativos/terapêuticos, e criar/buscar redes sociais de apoio. Neste sentido, os CDIs são importantíssimos para acolher o idoso na unidade e amparar/orientar o cuidador familiar. A experiência no serviço e a literatura científica apontam que grande parte da institucionalização de idosos sucede do desgaste/sobrecarga do cuidador familiar gerado no tensionamento da relação com o idoso, sobretudo, àqueles com comprometimento cognitivo ou dependência para realizar as ABVDs. Cuidar do idoso pode ser gratificante, mas não fácil, e pode piorar com a soma de tarefas pessoais e conflitos mal elaborados do passado de ambos. Recomenda-se, destarte, que serviços para idosos estejam vigilantes à sobrecarga de cuidadores familiares e possam intervir prevenindo o seu adoecimento, fragilização/rompimento de vínculos e a institucionalização do idoso.

## **COLCHA DE RETALHOS: COMPONDO A IDENTIDADE DE UM GRUPO DE IDOSOS SOBRE O TECIDO DA MEMÓRIA COLETIVA**

Relato de Experiência

Amanda Santos Oliveira

Acácia Castro de Freitas

Prefeitura Municipal de Barueri

Temos hoje no Brasil o desafio de compreender – frente ao crescimento da população idosa – a representação social da velhice nas comunidades, na perspectiva de contribuir para a promoção de seus direitos e cidadania. É nesse aspecto que o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos tem o intuito de fortalecer as relações familiares e comunitárias, promovendo a integração e a troca de experiências entre os participantes, incluindo todos os grupos etários. O presente estudo relata uma experiência de acompanhamento técnico vivenciada por parte da equipe de um Centro de Referência da Assistência Social – contando com uma Assistente Social responsável, um Educador e uma Cuidadora – com o grupo de idosos da região do Parque Imperial, em Barueri-SP. Esse relato tem enfoque na trajetória do grupo, enfatizando a integração comunitária e o desenvolvimento de capacidades pautadas na defesa e na afirmação de direitos desde o primeiro percurso. Trata-se de um relato de experiência de caráter descritivo e, para efetivação da ação realizada, foi empregado o método participativo e dialogado, objetivando o resgate da memória dos usuários. Os percursos do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos foram centrados em atividades artísticas, tendo o grafite como técnica guiada e educativa. A arte foi uma vivência fundamental para os idosos que, inspirados nas obras de Jean-Michel Basquiat, autodenominaram-se de “Basquianas”. No decorrer dos encontros, através da técnica aplicada, a memória dos participantes foi resgatada por meio de um projeto artístico que visou retratar a história de vida e do bairro do Parque Imperial. Através de relatos, fotos e desenhos trazidos pelos participantes esse resgate foi feito e assim se deu início a confecção de uma colcha de retalhos. Os retalhos foram desenhados, pintados e grafitados, sendo costurados em seguida, de forma a compor um material vivo que representasse, além da existência do grupo, a trajetória de vida de cada idoso, a valorização dos avanços e da história do bairro e as relações conquistadas e fortalecidas. No Serviço de Convivência foi possível notar que o espaço para convívio e o desenvolvimento da colcha resultaram em uma construção mútua de saberes, novas relações e melhora na qualidade de vida do grupo, que pôde criar sua própria identidade baseada na memória e nos vínculos formados. Com todo o trabalho desenvolvido, é fato que o Serviço de Convivência reflete de forma positiva na sociedade como um todo, uma vez que os participantes desses grupos levam para outros ambientes suas potencialidades desenvolvidas, as relações fortalecidas e as informações trabalhadas, sendo também multiplicadores de conhecimento e busca ativa pelos direitos.

## **COMUNICAÇÃO DO IDOSO E EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA**

Trabalho científico

Rita Tereza de Almeida

Suely Itsuko Ciosak

Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo

Objetivos: Este estudo, teve como objetivos, verificar as formas de comunicação utilizadas nas Unidades Básicas de Saúde para o atendimento aos idosos e suas consequências no controle da saúde, descrever as

características sociodemográficas dos idosos entrevistados, conhecer as formas de comunicação utilizadas com os idosos na Unidade Básica de Saúde, verificar como as informações fornecidas pela equipe de saúde são compreendidas pelos idosos, verificar a relação agendamento e comparecimento dos idosos na Unidade Básica de Saúde e conhecer as necessidades de saúde percebidas pelos idosos. Metodologia: Buscou-se através da pesquisa qualitativa, apreender como ocorria a comunicação, entre população idosa e os profissionais de saúde em quatro Unidades Básicas de Saúde do município de Porto Feliz-SP, que atuavam com equipes da Estratégia Saúde da Família. Resultados: Foram realizadas 20 entrevistas com idosos de ambos os sexos, sendo a maioria do sexo feminino (70%), com idade entre 60 a 69 anos (55%). Chamou-nos a atenção que os idosos participantes da pesquisa na faixa etária entre 70 à 79 anos de idade, tinham um número maior de homens (25%) que mulheres (15%), já na faixa de 80 à 89 anos (05%) eram mulheres e nenhum homem. O baixo grau de escolaridade foi notório, considerando que apenas 10% tinha o ensino fundamental completo. Quanto às formas de comunicação utilizadas nas Unidades Básicas de Saúde, pudemos apreender através das observações e dos discursos dos idosos, duas categorias centrais de análise classificadas em: comunicação assertiva e comunicação bloqueada, das quais emergiram duas unidades temáticas: elemento verbal e elemento não verbal. Na unidade temática, elemento verbal da comunicação assertiva, emergiram as seguintes unidades de registro: tonalidade da voz, reciprocidade de intenção e tecnologia. Na unidade temática, elemento não verbal, emergiram as seguintes unidades de registro: gestual, escuta e olhar. Quanto à comunicação bloqueada, foi desvelado na unidade temática elemento verbal, as seguintes unidades de registro: barreira psicossocial e rotinas de agendamento; na unidade temática elemento não verbal, as seguintes unidades de registro: barreira física, ausência da escuta e gestual. A subjetividade que envolve o processo de comunicação, a cultura local e os fatores psicossociais revelaram aspectos positivos e negativos, sentimentos de satisfação e insatisfação vivenciados pelos idosos. Conclusão: Os aspectos negativos devem ser evitados para maior facilidade e agilidade no atendimento ao idoso. A conscientização da equipe de saúde sobre a importância da comunicação em saúde, através do aprimoramento constante, fortalece e permite a criação de tecnologia inovadora para o atendimento em saúde, favorecendo ao controle da saúde dos idosos, sua eficácia e consequentemente melhor qualidade de vida para esta população.

## **CUIDADO COM OS PÉS – GRUPO DE ORIENTAÇÕES E ESCLARECIMENTOS PARA O IDOSO.**

Relato de Experiência

ANA CAROLINE ARCENCIO DE ARAUJO

CHRISTIANE TALITA TEIXEIRA

ANDIARA MENEZES DA SILVA

ANDREA APARECIDA DA FONSECA MONTEIRO

JOANA DARC RICARDO DOS SANTOS

MARCIA MAIUMI FUKUJIMA

AME IDOSO SUDESTE|CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA: Os problemas dos pés dos idosos estão relacionados com a deterioração da habilidade funcional e interferem na mobilidade, que é vital para manter a saúde, a funcionalidade e a independência. O objetivo desta atividade foi promover a prevenção e promoção de saúde, no que diz respeito ao cuidado com os pés tanto para paciente com Diabetes Mellitus, quanto para o público idoso em geral. DESCRIÇÃO: Como proposta didática para a atividade, evidenciamos assuntos como: avaliar os pés diariamente na procura de bolhas, rachaduras, cortes e pele seca; lavagem dos pés; hidratação, corte das unhas, tipos de meias a serem usadas, sapatos adequados e a especificidade do cuidado com o pé em pacientes com Diabetes Mellitus. Foi elaborado um questionário de caráter qualitativo para os participantes responderem pré e pós atividade, onde neles continham três perguntas relacionadas ao tema abordado. Após a atividade, os questionários foram entregues novamente, a fim de sabermos quais informações foram fixadas pelos pacientes e se houve alteração do que tinham de significados anteriormente, para a dinâmica foi realizada divisão dos participantes em dois grupos para a realização de um “quiz”. Placas de SIM/NÃO foram distribuídas para cada grupo. O grupo vencedor ganhou um kit de cuidados com pés. Participaram da atividade 10 pacientes e no final os pés destes foram examinados. LIÇÕES APRENDIDAS: a atividade abordou de forma interativa um assunto importante e de impacto na saúde principalmente do idoso, que é o cuidado com os pés. A categorização das respostas pré e pós, evidenciou a fixação do conteúdo apresentado. Na pergunta “por que é importante o cuidar dos pés” 32% consideraram importante o cuidado para evitar

lesões e preservar o deambular pós-atividade, anteriormente apenas 10% considerou esse fator. Na questão “como as unhas devem ser cortadas”, antes da atividade nenhum participante respondeu da forma correta, após o conteúdo 70% respondeu corretamente. Na última pergunta sobre “como deve ser passado o hidratante”, apenas 9% responderam corretamente, após a atividade 80% das respostas estavam corretas. A técnica de grupo promoveu interação dos pacientes com os profissionais, proporcionando uma importância troca de experiências. Ações de educação em saúde, contribuem fortalecendo o vínculo entre os profissionais e a comunidade. RECOMENDAÇÕES: Incentivar a realização e continuação de grupos que abordem temas de pouca divulgação e conhecimento da população. REFERÊNCIAS CONSULTADAS : Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Manual do pé diabético : estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2016 (pag. 23-38). DESCRITORES: idoso, prevenção, grupo e cuidado.

### **CUIDADO INTEGRAL A SAÚDE DO IDOSO: AMPLIANDO POSSIBILIDADES DE CUIDADO AO IDOSO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE E FORTALECENDO VÍNCULOS.**

Relato de Experiência

Ana Paula Castro Cardoso Rossi

Cristiane Andrade Fontes

Santa Casa de Saúde Santa Marcelina - UBS Jd Etelvina

RELATO DE EXPERIÊNCIA - UBS JD ETELVINA Cuidado Integral a saúde do Idoso: Ampliando possibilidades de cuidado ao idoso na Atenção Primária a Saúde e fortalecendo vínculos. Caracterização do problema: Nos últimos anos a expectativa de vida vem aumentando e a população idosa cresce a cada dia. O processo natural do envelhecimento gera mudanças, nas células e órgãos, incidindo mudanças na função, aparência e em muitos outros aspectos. Diante deste fato é fundamental o cuidado integral a saúde. Em nosso território observamos, que a maioria dos idosos pertencem ao grupo de idosos frágeis ou pré frágeis. Perante a tais resultados pensou-se em realizar um curso que abordasse o cuidado integral a saúde do idoso. Descrição: O objetivo principal é trabalhar os aspectos de socialização, integração, novos saberes, troca de experiências, práticas alternativas, controle de doenças estabelecidas e crônicas, prevenção de agravos e informação que promovam melhor qualidade de vida durante o envelhecimento. Atualmente é um grupo aberto compartilhado entre farmácia e a fisioterapia. O curso é dividido em quatro módulos estruturados. Os encontros duram em torno de uma hora e meia. As temáticas são organizadas de acordo com o seguinte cronograma: Módulo I: Conhecendo o envelhecimento e porque mudaria meus hábitos? 1º Encontro: O envelhecimento. 2º Encontro: Principais patologias. 3º Encontro: Transtornos neuropsíquicos. 4º Encontro: Prevenção de quedas, segurança em domicílio. Módulo II - Estilo de Vida Saudável 1º Encontro: Alimentação saudável. 2º Encontro: Exercício x Controle da Obesidade. 3º Encontro: Fitoterapia: Principais chás e orientação. 4º Encontro: Saúde Mental. Com participação de psicóloga. 5º Encontro: Serviço Social – Com participação de assistente social. MÓDULO III: Tratamento. Como eu me cuido? 1º Encontro: Cuidados com a medicação. 2º Encontro: Auto cuidado – Com participação da enfermagem. 3º Encontro: Saúde bucal. Com participação do Cirurgião Dentista. 4º Encontro – Vícios. Módulo IV: Inclusão digital. 1º Encontro: Oficina Informação Agenda Fácil. Utilizando celular, internet. 2º Encontro - Noções básicas de informática. 3º Encontro: Encerramento do curso – Confraternização. Lições Aprendidas: Observamos até o momento o fortalecimento do vínculo com a unidade e entre os integrantes do grupo, melhora na autoestima, nos sintomas de irritabilidade e humor. Recomendações: Diante da caracterização do problema abordado faz-se necessário um olhar especial a esta população. Antes de concluir a primeira turma já conseguimos obter mudanças positivas em cada idoso, em aspectos simples que podem fazer a diferença em seu dia-dia. A organização deste projeto em módulos facilitou a abordagem nos encontros. Outro detalhe que pode fazer a diferença é o convite de diversos profissionais, ampliando o conhecimento, complementando o cuidado.

### **DANÇA SÊNIOR**

Relato de Experiência

Sérgio Antônio Pulzi Júnior

Deyse Alves Botelho Bononi

Kassia Bernardo

Veridiana Teles  
Greice Kelly Kato Santos  
Andreia da Silva Montes  
Isabella Lima Tavares  
Bianca Lozano Fernandes

Hospital Estadual Sapopemba e Hospital Local de Sapopemba

**Caracterização do Problema** O Hospital Estadual de Sapopemba é um hospital geral, clínico e cirúrgico, que presta assistência de média complexidade, sendo referência para a atenção pré-hospitalar móvel do Município de São Paulo, no Distrito de Sapopemba. O Hospital Local de Sapopemba é uma unidade de internação clínica, vinculada ao Hospital Estadual de Sapopemba, que atende pacientes clínicos de baixa e média complexidade, além de casos de longa permanência. Foi proposta a dança sênior no Hospital Estadual Sapopemba e no Hospital Local de Sapopemba, na enfermaria de Clínica Médica, pois esta possui importante contingente de pacientes idosos. A proposta da equipe multiprofissional ganhou vida durante as aulas do Curso Básico de Gerontologia do IPGG, onde todos os alunos participantes puderam contribuir dentro de suas especialidades. **Descrição da Atividade** Em dezembro de 2018, alinhando a proposta discutida durante o Curso Básico de Gerontologia do IPGG pelos participantes destas instituições, a equipe de fisioterapia iniciou atendimento no qual pacientes e seus acompanhantes participavam de grupo de relaxamento e dança na cadeira. A iniciativa foi muito bem recebida por profissionais de saúde e usuários, sendo aprimorada e casa vez mais frequente. Desta forma, atualmente a atividade é semanal, realizada enfermaria de clínica médica, com duração de 01 hora. No último trimestre participaram o total de 80 pacientes e acompanhantes. A Dança Sênior foi uma iniciativa da equipe de fisioterapia que conta como o apoio e envolvimento da enfermagem, recepção, serviço social, serviço de atendimento ao cliente e administração. **Lições Aprendidas** Na realização dos grupos de Dança Sênior na Cadeira foram incluídos, além dos pacientes idosos internados, os seus acompanhantes e outros pacientes com idade inferior a 60 anos. Entre os participantes, prevalecem os idosos, porém se identificou interação positiva entre idosos e outras faixas etárias mais jovens. O início dessa atividade só foi possível mediante as reflexões proporcionadas pelo Curso Básico de Gerontologia do IPGG. A equipe multiprofissional conseguiu reconhecer seu papel no cuidado do idoso e a importância de ações de socialização. A atividade com os idosos proposta corrobora para a disseminação do conceito de que todos podem construir, através de disciplinas ou especialidades distintas, uma linha de atenção conjunta ao paciente idoso sem perder a especificidade de sua área em meio à singularidade deste público. **Recomendações** A Dança Sênior é uma dança realizada em muitos países e está ganhando mais espaço no Brasil, como estratégia preventiva da inatividade para retardar a senilidade e promover qualidade de vida entre os idosos. Esta é considerada como boa opção de atividade sócio-físico-mental e emocional. Embora a atividade tenha seu foco no público idoso, consideramos interessante e saudável a participação de acompanhantes e pacientes mais jovens para enriquecimento das interações sociais.

## **DESENVOLVENDO HABILIDADES DE MULTIPLICADORES NOS IDOSOS**

Relato de Experiência

**SIMONE GOMIDE DOS SANTOS**

**ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE SANTA MARCELINA**

**Desenvolvendo Habilidades de Multiplicadores nos Idosos Para Prevenção de Quedas nas Residências**  
Modalidade: Banner  
Autora: Santos, Simone Gomide dos (1975)  
Local: UBS Jd. Copa – Rua Ponta de Lucena nº330 Telefone: 2524-5020 STS Itaquera – Município SP Coordenadoria Regional Saúde – Leste  
**Caracterização do Problema:** Idosos resistentes à mudanças e adaptações em suas residências para prevenção de quedas. **Descrição do Trabalho:** Devido ao grande destaque que tivemos após ganhar um certificado no último Simpósio do IPGG, como reconhecimento de Inovação, intitulado de Selo Ouro Para Idosos Com Residência Segura, no qual, realizávamos visitas nos domicílios de forma sistemática em todas as residências levantadas pelos Agentes Comunitários de Saúde e idosos para orientarmos quanto à necessidade das adaptações necessárias e mudanças de hábitos a serem realizadas o quanto antes. Ao retornamos após 3 meses, tivemos algumas surpresas positivas, entre elas, ao visualizarmos em que o idoso realizou através da ajuda financeira e social da comunidade, adaptações as suas residências como rampas, barras, luminárias e retiradas dos tapetes e chinelos. Que brilhantemente comovidos e preocupados com este perfil, parentes dos idosos resolveram se mobilizar se oferecendo para colaborar com mão de obra e mapear microempresários do bairro para que as doações acontecessem de verdade. Porém, surpresas negativas também foram encontradas nas residências com os mesmos tapetes e chinelos

de dedos. Ao sabermos os motivos, entre eles, excesso de apego aos pertences de uso pessoal e cultural, foi então necessário buscar uma outra estratégia imediata e pontual para tal sensibilização. Sabendo que em todas as visitas domiciliares eram acompanhadas por idosos que já haviam passado pelo critério de receber o Selo. E juntos ouvíamos suas opiniões pontuais favoráveis e desfavoráveis do idoso resistente. E para tal acontecer, foi pensado na importância de realizarmos as visitas por idosos que poderiam se tornar uma equipe de multiplicadores na comunidade. Então montamos um encontro semanal educativo para os idosos que se identificavam com a causa, tinham a facilidade de adentrar nas residências e se comunicar com estes vizinhos, colegas de idade cronológica em representar como um braço extensor da Equipe Geronto do Jd. Copa. E assim motivamos os idosos a desenvolverem tal habilidade nas visitas como multiplicador e educador em ser valorizado pelo serviço prestado com aceitação mais rápida pelos proprietários das casas devido suas demandas e adequações. Lições Apreendidas: Propiciar a sensibilização horizontal do idoso como um facilitador de orientações nas residências de idosos resistentes à adequações das necessidades para evitar assim, quedas preveníveis. Recomendações: Fortalecer vínculo social e aumento da autoestima com o resgate da identidade, através dos próprios idosos da comunidade em reduzir quedas nas residências após suas orientações pontuais com exemplos pessoais.

## **EDUCAÇÃO E AUTOCUIDADO DA PESSOA IDOSA COM DOR LOMBAR CRÔNICA NÃO ESPECÍFICA: UM ESTUDO DE CASO**

Trabalho científico

Priscila de Oliveira Januário

Raquel Aparecida da Silva

Amanda da Rocha Rodrigues

Carlos Henrique Chagas Bernardo

Marcos Antônio Arrais de Mattos

Naiane Leal Roque

Ariela Torres Cruz

Amélia Pasqual Marques

Centro Universitário de Barra Mansa (UBM); Universidade de São Paulo (USP)

Objetivo: discutir o caso da influência de um programa educacional de autocuidado em uma idosa de 64 anos com dor lombar crônica não específica. Metodologia: este estudo foi realizado em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) do Médio Paraíba-RJ após a aprovação do comitê de ética em pesquisa do Centro Universitário de Barra Mansa sob parecer número 3.451.139 e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Foi avaliada uma idosa de 64 anos, apresentando dor lombar (DL) crônica não específica de um grupo experimental formado por 15 idosos que receberam uma cartilha educacional com informações básicas sobre a coluna vertebral, a importância da dor lombar, autocuidado postural em posições variadas e interpretação de modificações na localização e intensidade da dor. Além da entrega da cartilha, foi realizada uma palestra com duração de 30 minutos reforçando a importância da leitura e para permitir que os exercícios recomendados na cartilha fossem realizados corretamente. A idosa participante foi avaliada antes da intervenção que ocorreu por meio de um encontro na UBS escolhida para o estudo e após 1 mês foi reavaliada. Inicialmente foi aplicado um questionário para verificar o uso e a frequência de medicação no controle da DL e um outro para auxiliar na interpretação da adesão ao programa proposto. Posteriormente, com o objetivo de quantificar subjetivamente a intensidade da dor, foi aplicada a Escala Numérica de dor Pain Numerical Rating Scale (Pain NRS) e por fim, para avaliar a funcionalidade, foi aplicado o questionário World Health Organization Disability Assessment Schedule (WHODAS 2.0 PT-12). Resultados: Antes da intervenção a idosa participante relatou fazer uso de medicação para redução da DL com frequência de 3 a 4 vezes na semana ou diariamente no último mês, apresentando intensidade da dor (pontuação 7) e alteração da funcionalidade (29 pontos). Após 1 mês de intervenção a idosa relatou que não fazia mais uso de medicação para redução da DL e que no último mês raramente utilizou medicação, apresentando redução da intensidade da dor (pontuação 1) e melhora da funcionalidade (25 pontos). Também relatou que não teve nenhuma dificuldade durante a leitura e realização dos exercícios recomendados na cartilha. Conclusão: Os achados apontam que o programa educacional proposto pôde promover redução do uso de medicação, da intensidade da dor e melhora da funcionalidade na idosa estudada.

## **EFEITO DE DOIS TREINAMENTOS COGNITIVOS MOTORES: REAL VERSUS VIRTUAL NO CONTROLE POSTURAL DE IDOSOS ROBUSTOS: ENSAIO CLÍNICO NÃO ALEATORIZADO**

Trabalho científico

Erika Christina Gouveia e Silva

Jéssica Maria Ribeiro Bacha

Eliana Maria Varise

Julia Maria D'Andréa Greve

José Eduardo Pompeu

Universidade de São Paulo|Objetivo: Comparar os efeitos de dois treinamentos cognitivos motores: real e virtual no controle postural de idosos e verificar a duração dos efeitos das intervenções após 30 dias de seguimento. Métodos: Ensaio clínico não randomizado e cego. Participaram deste estudo 30 idosos, divididos entre o treinamento motor cognitivo real (TCMR) e o treinamento motor cognitivo virtual (TCMV). Todos os sujeitos foram submetidos a 14 sessões de intervenção, duas vezes por semana, durante sete semanas. O grupo TCMR realizou treinamento cognitivo-motor no ambiente real, composto por quatro estações multitarefa praticadas em superfícies instáveis (Estação 1, Estação 2, Estação 3 e Estação 4). O grupo TCMV praticou treinamento cognitivo-motor no ambiente virtual por meio dos videogames interativos Kinect Adventures (Vazamento, Bola Espacial, Corredeiras e Cume dos Reflexos). Todos os participantes foram submetidos a três avaliações: pré, pós e trinta dias após as intervenções. O controle postural foi avaliado por meio da escala de teste do Mini-Balance Evaluation Systems. A análise estatística foi realizada por meio de medidas repetidas ANOVA e teste post hoc de Tukey para verificar possíveis diferenças entre grupos e avaliações. Um alfa de 0,05 foi adotado. Resultados: Em relação ao escore total do MiniBEST, houve efeitos significativos de tempo e grupo  $F = 15,885$ ,  $p = 0,0001$ , potência = 0,999 e  $F = 57,413$ ,  $p = 0,0001$ , potência = 1,000, respectivamente. Ambos os grupos apresentaram melhora no pós-treinamento e em alguns desfechos do Mini-Balance Evaluation Systems com superioridade do TCMV. Conclusão: Os resultados deste estudo sugerem que tanto o TCMR quanto o TCMV proporcionam melhora no controle postural dos idosos, com diferença entre eles. Diante desses achados, podemos concluir que além do TCMR por meio dos recursos da fisioterapia, o TCMV por meio dos videogames interativos Kinect Adventures podem ser uma ferramenta útil e complementar para melhorar o controle postural em idosos.

## **ESTADO COGNITIVO DO IDOSO: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM MARINGÁ, PARANÁ, BRASIL**

Trabalho científico

Mateus Dias Antunes

Daniel Vicentini de Oliveira

Amélia Pasqual Marques

Rogéria Vicentini de Oliveira

Sônia Maria Marques Gomes Bertolini

José Roberto Andrade do Nascimento Júnior

Universidade de São Paulo, Centro Universitário de Maringá e Universidade Federal do Vale do São Francisco.

Objetivo: identificar o estado cognitivo de idosos cadastrados em Unidades Básicas de Saúde do município de Maringá, PR, Brasil. Metodologia: trata-se de um estudo epidemiológico de base populacional com 654 idosos do município de Maringá – PR, Brasil. Os idosos foram recrutados nos centros de atenção primária do sistema público do município, divididos em quatro regiões diferentes: região leste, que inclui 21,8% da população, região norte que inclui 34,5% da população, região oeste que contempla 23,2% da população e região sul que contempla 20,4% da população. O cálculo do tamanho da amostra foi obtido no software StatDisk versão 8.4, considerando uma população de 42.258 idosos segundo dados do Ministério da Saúde do município de Maringá. Os centros de atenção primária avaliados foram selecionados aleatoriamente. Para verificar o estado cognitivo, foi aplicado o Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) e para esta avaliação, foi levada em consideração a escolaridade. Para verificar se havia comprometimento cognitivo, foram utilizados os seguintes pontos de corte: indivíduos que apresentarem no mínimo o escore de 20 pontos, para aqueles sem grau de escolaridade (analfabetos ou que nunca frequentaram a escola); e 24 pontos, para idosos com pelo menos um ano de escolaridade.



Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva. Resultados: a maioria dos idosos era do sexo feminino (56,0%) com média de idade de  $69,5 \pm 7,52$  anos. Quanto a escolaridade, 12% não estudaram, 7,79% apresentavam ensino superior completo, 14,0% ensino médio completo, 22,4% ensino fundamental completo e a maior parte da amostra, correspondendo a 43% com ensino fundamental incompleto. Na avaliação do estado cognitivo, foi observado que a pontuação média do MEEM foi de  $24,68 \pm 3,09$  e nenhum idoso déficit cognitivo. Conclusão: os dados sugerem que todos idosos do presente estudo não apresentam déficit cognitivo. Nesse sentido, é essencial a inclusão de programas educativos promovam a manutenção do desempenho cognitivo de idosos e prevenção de transtornos neurocognitivos.

## **ESTADO NUTRICIONAL E INGESTÃO PROTEICA DE IDOSOS COM DOENÇA DE PARKINSON**

Trabalho científico

Maritza Dionicia Quino Paredes Guerdão

Sonia Maria César de Azevedo e Silva

Maria de Lourdes do Nascimento da Silva

Manuela de Almeida Roediger

Instituto de Assintência Médica ao Servidor Público Estadual de São Paulo (IAMSPE)

Estado nutricional e ingestão proteica de idosos com doença de Parkinson  
Objetivo: Determinar o estado nutricional e o perfil proteico de pacientes idosos com doença de Parkinson (DP) e sua correlação com o grau de evolução da DP. Metodologia: Estudo transversal com 31 voluntários de ambos os gêneros, idade igual ou superior a 60 anos, com diagnóstico clínico definido de DP. Critérios de exclusão: pacientes que não conseguiam permanecer de pé; não conseguiam deambular independentemente e os que apresentavam outras doenças neurológicas. Foram utilizados dois protocolos: o primeiro para incluir o indivíduo na amostra através de um formulário padronizado composto de questões sobre características sociodemográficas e clínicas. O segundo para determinar o consumo alimentar, o qual foi obtido utilizando o Recordatório de 24 horas de um dia, devido à dificuldade dos participantes em retornarem ao ambulatório. As medidas caseiras descritas no Recordatório de 24 horas, foram convertidas em gramas e mililitros e analisadas no Software de Nutrição Avanutri®. A partir dessas informações, foi possível calcular os valores calóricos e proteicos das refeições consumidas pelo paciente, bem como o número de refeições/dia. Para avaliação da adequação de ingestão proteica, foram utilizadas as DRI do IOM (2011). O requerimento energético foi calculado individualmente pela equação de Harris & Benedict, com fator atividade 1,3. Para determinar o estado nutricional, optou-se pelo uso do IMC, por meio de parâmetros propostos pela NSI, 1994. Resultados: A média de idade foi de  $72,38 \pm 7,27$  anos. A média do IMC foi de  $26,78 \pm 4,13$ , com mínimo de 20 e máximo de 36 kg/m<sup>2</sup>. Quanto ao estado nutricional, considerando-se o IMC, 45% dos idosos apresentavam peso adequado para a altura; 32,3%, excesso de peso e obesidade; e 22,6% encontravam-se subnutridos. Verificaram-se valores superiores de consumo proteico da media sugerida. A recomendação das necessidades diárias de proteínas, estabelecida pelas Recomendações das Necessidades Diárias (RDA) é de 0,8 g/kg/dia. No que diz respeito ao número de refeições por dia, observou-se que 41,9 % realizavam até 4 refeições/dia e mais de 50% dos idosos atendiam à recomendação de ingerir 5 a 6 refeições/dia. Dos pacientes que realizavam até 4 refeições/dia, 19,3% (6) estavam no estágio 2 da doença, 6,5% (2) estavam no estágio 2,5 e 16,1% (5) encontravam-se no estágio 3. Conclusão: Os pacientes estudados, apresentaram consumo energético abaixo do recomendado, enquanto o consumo proteico foi superior para todos os grupos diferindo das recomendações para pacientes acometidos pela DP. Não houve correlação entre o estado nutricional e ingestão proteica com estágio da doença de Parkinson e o tempo de evolução da doença.

## **ESTRATÉGIA DE ATUALIZAÇÃO CIENTÍFICA MULTIPROFISSIONAL EM GERIATRIA E GERONTOLOGIA PARA BUSCA DE NOVAS PERSPECTIVAS NO ATENDIMENTO DO IDOSO**

Relato de Experiência

FALCONI BELCHIOR James

ROSSINI Nataly

AMARO Edna Maria

MARCHINI Sergio Luiz (Frei Tarcisio)

GRACIANO BIFARONI Helton

BERTO PARRON Marcia Cristina  
ULIAN Soellyn Maiara  
DA SILVA Berta Lucia  
DOMINGOS DOS SANTOS Tatiane  
MARQUES FERREIRA SANTOS Tatiane  
BUZANELI DOS SANTOS ESTÁCIO Sandra  
MARTINS VIANA Renata Aparecida  
PASSOS RODRIGUES Mariana  
PERREIRA DA SILVA Edneia

Introdução: Com o envelhecimento da população brasileira e conseqüentemente a elevação do número de doenças crônico-degenerativas, observa-se o aumento da necessidade de leitos hospitalares para pacientes idosos. Os profissionais de saúde têm um papel fundamental com o idoso, pois, acredita-se que, através de uma relação de empatia, tenha uma assistência humanizada e um comprometimento com o cuidado personalizado, garantindo um equilíbrio biopsicossocial. O bem-estar na velhice é resultante da harmonia entre os vários aspectos de saúde, porém não significa a ausência de problemas em todos esses aspectos.

A população idosa está vivendo mais devido as melhores condições de saúde e melhor qualidade de vida, acesso aos serviços adequados às necessidades do idoso e isso representa importante fator para o aumento da expectativa de vida. Para isso, é fundamental o conhecimento a respeito da realidade do idoso que se dá com ações educativas e capacitações para a equipe que promove o cuidado, sendo essencial disseminar conteúdos relacionados ao assunto com a finalidade de promover um atendimento humanizado, este sendo um fator a ser considerado para se ter excelência na qualidade do atendimento em saúde com o idoso hospitalizado considerando suas especificidades.

Objetivos: Incentivar uma estratégia de atualização em geriatria e gerontologia buscando treinamento institucional em envelhecimento e saúde do idoso para toda a equipe multidisciplinar hospitalar.

Descrição: O Hospital Regional de Presidente Prudente – SP (HRPP), detém do selo intermediário denominado de ‘Selo Hospital Amigo do Idoso’, uma iniciativa da Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo, para estimular e apoiar a qualificação geronto-geriátrica dos hospitais. A equipe de humanização do HRPP em busca de aprimorar seus conhecimentos relacionados à atenção e cuidado com o idoso, convidou agentes alvos, líderes e membros da equipe multiprofissional (gestão, fisioterapia, enfermagem, fonoaudiologia, nutrição, farmácia) do Hospital Regional para estar realizando o curso gratuito voltado para o assunto, elaborado pelo Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia (IPGG) - José Ermírio de Moraes, disponível de forma EAD para profissionais graduados que atuem na área da saúde e que tenham interesse em saúde do idoso, sendo um precursor na decisão de transmitir o conhecimento para os demais colaboradores da instituição. Visando a implementação de ações e metas, a partir do início do curso, a equipe participante percebeu a necessidade de continuidade e ampliação do saber adquirido, e precocemente reuniu-se com novos agentes de diversas áreas do hospital e que possuem maior contato com a população idosa em determinados setores para também serem propagadores dos novos conhecimentos adquiridos com o curso. O grupo composto por uma equipe multidisciplinar está realizando o curso disponibilizado pelo IPGG semanalmente, e em paralelo ao conhecimento adquirido com o curso, juntamente com a parceria dos novos agentes, foram preparadas aulas expositivas com a finalidade de conscientizar e educar sobre a importância de toda a atenção ao cuidado humanizado com o idoso aos demais colaboradores do hospital, para que assim seja feito o acolhimento e o atendimento humanizado personalizado.

Conclusão: A assistência e o cuidado ao paciente de forma humanizada têm sido bastante discutida no ambiente hospitalar. Humanizar um atendimento proporciona aos idosos o respeito a sua individualidade e proteção dos seus direitos, por isso, é importante formar-se uma equipe multidisciplinar qualificada com amplo conhecimento de Geriatria e Gerontologia, buscando a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, visto que, ao atender o idoso, a equipe de saúde deve estar atenta as alterações físicas, psicológicas e sociais que normalmente ocorrem nesses pacientes, e que justificam um cuidado diferenciado.

## **ESTRATIFICAÇÃO DO RISCO CARDIOVASCULAR EM IDOSOS ASSISTIDOS POR UMA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA**

Trabalho científico

Greice Lúcia Oliveira Silva  
Anny Caroline Costa Vieira Barros  
Eliandro Vital Colonna  
Vanessa Avancini Cabral  
William Akira Lima Shimizu  
Prefeitura de Guarulhos

Objetivo: Estratificar o risco cardiovascular de pacientes idosos cadastrados em uma equipe de Equipe de Saúde da Família (ESF). Métodos: Trata-se de um estudo de caráter descritivo e abordagem quantitativa, composto por prontuários de pacientes de ambos os sexos, com idade de 60 a 79 anos, de uma área de abrangência de uma ESF na cidade de Guarulhos-SP. Foram incluídos os prontuários com informações de pacientes com hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM), somente HAS e/ou somente DM, cadastrados na unidade, e foram excluídos os prontuários de pacientes acamados, domiciliados, prontuários não encontrados no momento da coleta de dados e/ou desatualizados com um ano, ou mais. Para a classificação de risco de eventos cardiovasculares foi utilizado o Escore de Risco de Framingham (ERF), sendo este composto de tabelas para o cálculo de risco total, divididas entre o sexo feminino e masculino, ambas apresentam diferentes fatores preditores de risco: idade, LDL colesterol, HDL colesterol, pressão arterial, diabetes e tabagismo. Cada variável possui valores numéricos correspondentes, os quais são específicos para homens e mulheres. O escore total é obtido após o cálculo dos pontos acumulados e estimado o risco cardiovascular em baixo (<10%), moderado (10 a 20 %) e alto (> 20%) dos pacientes da amostra a desenvolverem um evento cardiovascular nos próximos 10 anos. Resultados: O estudo foi constituído de 66 prontuário que estavam de acordo com os critérios de inclusão, destes 50% pertenciam ao sexo feminino, verificando-se a mesma quantidade para o sexo masculino. Do total estratificados 38% apresentam alto risco, 32% risco moderado e 30% baixo risco para evento cardiovascular em 10 anos. No escore por sexo, as mulheres representaram 58% dos pacientes com baixo risco, 21% e 21% risco moderado e alto, respectivamente. Os homens apresentaram: 3% baixo risco, 42% risco moderado e 55% alto risco de chances para evento cardiovascular. Analisando-se as faixas etárias, os pacientes com idade entre 70 e 74 anos, corresponderam à 36% maioria nos estratos de alto risco. Conclusão: De acordo com os resultados encontrados, observa-se pontos importantes a serem enfrentados pela ESF. Os diferentes níveis e escores encontrados demonstram a dificuldade de atender a demanda de acordo com sua necessidade, principalmente em relação aos homens que traduzem maior proporcionalidade em níveis de alto risco no ERF, de acordo com a recomendação do Ministério da Saúde esses devem ser acompanhados trimestralmente. Enquanto para os pacientes classificados com os escores de moderado e baixo risco são recomendadas, acompanhamento semestral e anuais, respectivamente, além de medidas de promoção e prevenção em saúde e estímulo para implantação do autocuidado apoiado.

## **ESTUDO COMPARATIVO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS COM E SEM PRÁTICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES.**

Trabalho científico

Kelly Caroline Cutrim Kumagai  
Laiane Aparecida Alves  
Thiago Garrutti dos Santos  
Laércio da Silva Paiva  
Fernanda Antico Benetti  
Faculdade Medicina do ABC

Objetivo: avaliar e comparar a marcha, equilíbrio e o nível de funcionalidade e independência para o risco de quedas em idosos praticantes de atividades físicas regulares e não praticantes de atividades físicas regulares. Metodologia: Estudo de caráter descritivo, sendo selecionados para pesquisa 100 idosos a partir de 60 anos de idade, do sexo masculino e feminino, não portadores de patologias que interfiram em suas funções de vida diária, no equilíbrio ou na marcha. Foram divididos em dois grupos: Um de praticantes de atividades físicas regulares ao menos 2 vezes por semana, 50 minutos por sessão e o outro de não praticantes de atividades físicas regulares. Para avaliação foi utilizado o Índice de Katz que é focalizado

para Atividades da Vida Diária (AVD) e aplicado em forma de entrevista e a escala de Tinetti focalizada na marcha e equilíbrio, aplicado na forma de teste. Resultados: do total de 100 idosos, sendo 18% (n=9) homens e 82% (n=41) mulheres, com mediana de idade 67,53 anos para praticantes de atividades físicas regulares e 20% (n=10) homens e 80% (n=40) mulheres, com mediana de idade de 66 anos para os não praticantes de atividades físicas regulares. O grupo não praticante de atividades físicas regulares apresentou 2% (n=1) dependência e 98% (n=49) são independentes, já no grupo praticantes de atividades físicas regulares 100% (n=50) são independentes de acordo com a classificação do índice de Katz. Na avaliação da escala de Tinetti, o grupo não praticante de atividades físicas regulares, 10% (n=5) apresentaram alto risco de quedas, 38% (n=19) moderado risco de quedas e 52% (n=26) baixo risco de quedas. Porém, no grupo praticantes de atividades físicas regulares, 0% (n=0) apresentou alto risco de quedas, 22% (n=11) moderado risco de quedas e 78% (n=39) baixo risco de quedas. Conclusão: Este estudo mostra que a participação em programas de exercícios físicos tem comprovado uma diminuição significativa no risco de quedas de idosos quando se confrontam tais idosos com os dos grupos de controle que não praticam exercícios. Nota-se a necessidade de ter uma estratégia de promoção de saúde, prevenção de agravos e reabilitação através de inclusão de atividades físicas regulares para que se viva mais e melhor.

## **FATORES ASSOCIADOS À QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS LONGEVOS DE DIFERENTES CONTEXTOS COMUNITÁRIOS**

Trabalho científico

Wilson de Jesus Bonifácio

Guilherme Carlos Brech

Angélica Castilho Alonso

Adriana Machado Saldiba de Lima

Universidade São Judas Tadeu

Objetivo: Caracterizar e identificar quais são os fatores associados à qualidade de vida de idosos longevos de diferentes contextos comunitários. Correlacionar a qualidade de vida com o risco nutricional, bem como com as atividades avançadas da vida diária. Métodos: Foram avaliados, neste estudo de campo transversal quantitativo, 82 idosos (ambos os sexos), com mais de 80 anos de idade e diferentes contextos comunitários. Os participantes responderam um questionário com variáveis sociodemográficas e dados antropométricos. Para avaliar a cognição foi aplicado o teste Mini Exame do Estado Mental (MEEM); e para verificar o estado nutricional o questionário Mini Avaliação Nutricional (MAN). Para avaliação do desempenho motor Short Physical Performance Battery (SPPB) e a força de preensão manual (dinamômetro Jamar®). Para avaliar a qualidade de vida foi utilizado o questionário da World Health Organization Quality of Life, na versão curta (WHOQOL-bref, domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) e a versão para idosos (WHOQOL-old, facetas: (funcionamento dos sentidos, autonomia, atividades presentes, passadas e futuras e participação social). Além disso, foram avaliadas as Atividades Avançadas da Vida Diária (AAVDs) e o medo de cair (FES-I). Foi realizada análise descritiva e correlação de Person, considerando o “r” crítico de 0,22 com  $p < 0,05$ , utilizando o programa Graph Prism 8.0. Resultados: Os participantes apresentaram idade média de 83 anos ( $\pm 4,2$ ), 44 (53,7%) eram eutróficos pelo valor de índice de massa corpórea, sendo que 61 (74,4%) eram do sexo feminino, 53 viúvos (64,6%), 63 (76,8%) residiam em casa própria, 45 (54,9%) possuíam renda mensal de um a três salários mínimos (salário mínimo na época do estudo = R\$917,00), e 65 (79,3%) estudaram somente até o Ensino Fundamental I. Quanto a cognição avaliada pelo MEEM com média de 24,1 ( $\pm 4,9$ ), correspondente à sem risco de demência. Quanto ao estado nutricional, avaliado pelo MAN a média foi 25,1 ( $\pm 2,9$ ), destacando que não apresentavam risco nutricional. Além disso, os idosos tinham moderado desempenho motor (SPPB = 7,8  $\pm 2,7$ ), baixa força de pressão manual no lado dominante com média 18,1 kg ( $\pm 6,9$ ), apresentam-se ativos e independentes para realização das atividades diárias (AAVDs = 28,7  $\pm 3,9$ ), e tinham pequena preocupação em sofrer quedas (FES-I = 24,68  $\pm 7,7$ ). Observou-se que houve correlação positiva entre os domínios do WHOQOL-bref e o MAN, entre as facetas do WHOQOL-old e o MAN, e os domínios do WHOQOL-bref e as AAVDs. Conclusão: A qualidade de vida de idosos longevos está relacionada ao risco nutricional e a capacidade física. Os dados desse estudo demonstram que quanto menor a qualidade de vida do idoso longevo, maior seu risco nutricional e menor a capacidade física. Estratégias para melhorar a saúde global, bem como práticas que garantam um envelhecimento ativo, podem ser importantes na melhora da qualidade de vida desta crescente população.

## **GRUPO DE MEMÓRIA: UMA PRÁTICA DE INTEGRAÇÃO SOCIAL E CONSTRUÇÃO DE CONHECIMENTO COLETIVO**

Relato de Experiência

Tayane Quintino Domingos

Lygia Fernanda Alves de Lima Rampaso

Carolina Fanaro da Costa Damato

Claudia Pellegrino Messias

Elizabeth Cristina da Silva

Raquel Gentili Borges da Silva

Monalisa Gonçalves de Souza

AMA/UBS Integrada Jardim Três Marias

**Caracterização do problema:** O envelhecimento predispõe a diversas condições de adoecimento, repercutindo sobre a capacidade funcional, incluindo os déficits cognitivos (Guerreiro & Caldas, 2001). A implantação do grupo de memória na AMA/UBS Integrada Jardim Três Marias foi uma intervenção proposta a partir da identificação de problemas e demandas apresentadas através da Avaliação Multidimensional da Pessoa Idosa (AMPI), do Teste Mini Exame do Estado Mental (MEEM), do Acolhimento de Saúde Mental. Considerando os dados: cerca de 50% dos idosos apresentam queixas frequentes de memória (Allegrí et al., 1999), 28% dos idosos em nossa UBS referem queixas de memória conforme o MEEM. A equipe observou que associados às questões de memórias incluíam falta de concentração e isolamento social dos idosos que permeiam na UBS. Além disso, estudos indicam que intervenções envolvendo técnicas de memorização e relaxamento, podem gerar efeitos positivos em idosos, especialmente quando aplicadas em grupo (Yassuda, 2002). Por isso a construção do grupo possibilita a integração social e a construção coletiva de conhecimento.

**Descrição:** O grupo de memória iniciou-se em janeiro de 2017 na unidade pela equipe multiprofissional com encontros semanais, totalizando em média 40 participantes neste percurso. Atualmente participam 15 idosos com regularidade. Em todos os idosos inseridos no grupo foram aplicados o AMPI, sendo que 6% foram classificados como frágeis, 41% pré-frágeis e 53% saudáveis. O critério de encaminhamento para o grupo de memória foi a alteração no resultado do Mini Mental, sendo que aqueles que apresentaram pontuação < 7. Ao longo dos encontros, foram realizados atividades e jogos que envolvem estimulação cognitiva que contribuíram para resgatar as memórias dos idosos através da construção de linha do tempo com o compartilhamento de fotos e histórias de vidas. Com foco na comunicação, socialização, interação, fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários; criando um espaço de interlocução de suas memórias ressignificando cada história. Trabalhamos ações de saúde com sensibilização e orientação. Desenvolvimento e aplicação de atividades lúdicas e estimulação cognitivas.

**Lições aprendidas:** A troca de histórias e experiências compartilhadas no grupo pelos idosos possibilitou melhora na integração e socialização, estímulos na concentração principalmente em atividades diárias.

**Recomendações:** O grupo tem como propostas intervenções contínuas, reforçando o sujeito, sua singularidade e subjetividade; preservando suas histórias disponibilizando um espaço seguro para compartilhamento. O Programa da Prefeitura de SP “Nossos Idosos” é um dos norteadores para continuidade e mapeamento dos idosos para inserção nos serviços da atenção primária e requalificação através do AMPI.

## **GRUPO INTERPROFISSIONAL DE ALZHEIMER E OUTRAS DEMÊNCIAS.**

Relato de Experiência

ANA CAROLINE ARCENCIO DE ARAUJO

ANDREA APARECIDA DA FONSECA MONTEIRO

JOANA DARC RICARDO DOS SANTOS

EDUARDO CANTEIRO CRUZ

MARCIA MAIUMI FUKUJIMA

AME IDOSO SUDESTE

**CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA:** A demência é uma doença caracterizada por prejuízo cognitivo que pode incluir alterações de memória, desorientação em relação ao tempo e ao espaço, raciocínio, concentração, aprendizado, realização de tarefas complexas, julgamento e linguagem. Podem ser acompanhadas por mudanças no comportamento ou na personalidade. Diante das inúmeras dúvidas dos familiares/cuidadores durante as consultas médicas e de enfermagem, surgiu a proposta de criação do grupo interprofissional para demências com o intuito de orientar os familiares sobre os cuidados

específicos para os pacientes acometidos com essas patologias e sanar eventuais dúvidas relacionadas ao início da doença e seu prognóstico. **DESCRIÇÃO:** estabelecido grupo semanal com até 15 participantes com 1 hora de duração, desenho e formatação de agenda para inserção dos casos designado para a enfermeira da linha de cuidado. Os grupos foram realizados de fevereiro a dezembro de 2018, com 1 encontro interprofissional contando com a participação do médico neurologista, enfermeira e eventualmente outros profissionais da equipe multidisciplinar. Captação e agendamento de 57 pacientes e adesão de 58% dos pacientes agendados, 9 grupos realizados com total de 54 participantes e todos os pacientes compareceram acompanhados por 1 familiar/cuidador. **LIÇÕES APRENDIDAS:** A técnica de grupo promoveu interação dos familiares/cuidadores com uma rica troca de experiência, além de oferecer orientações de como contornar as situações de difícil controle, como por exemplo, a alteração comportamental e perda da autonomia do indivíduo. A maior dificuldade dos familiares/cuidadores evidenciado nos grupos é lidar com o estresse diário e a sobrecarga física que o cuidado com o paciente traz para eles. A troca de experiência entre familiares/ cuidadores participantes foi importante para alcançarmos o objetivo do grupo. Observado o quanto os familiares e cuidadores de pacientes dementados são carentes de informações, em todo o sentido, desde o prognóstico da doença, tipos de demências, alterações comportamentais e a importância de se manter a autonomia dos pacientes no máximo de atividades cotidianas **RECOMENDAÇÕES:** Incentivar a realização de grupos com familiares/cuidadores, como estratégia para melhorar o cuidado para com o paciente e diminuição da incidência do estresse do cuidador, visando a troca de experiência com outras pessoas na mesma situação. **DESCRIPTORIOS:** demência, cuidado, grupo, linha de cuidado. **REFERÊNCIAS:** <http://abraz.org.br>; Conhecimento e intervenção do cuidador na doença de Alzheimer: uma revisão da literatura. Cinthya Dolores Santos Maia Leite; Terce Liana Mota de Menezes; Érica Verônica de Vasconcelos Lyra; Cláudia Marina Tavares de Araújo. J Bras Psiquiatr. 2014;63(1):48-56.

## **IMPLANTAÇÃO DA LINHA DE CUIDADO DE SAÚDE DO IDOSO NO MUNICÍPIO DE FRANCO DA ROCHA**

Relato de Experiência

Larissa Ferreira de Abreu Pereira

Gisele da Silva Almeida

Gabrielle Silva Este

Ingrid Bohn

Fabiana de Souza Jesus Ribeiro

Alessandra Maria Rocha de Miranda

Tereza Etsuko da Costa Rosa

Instituto de Saúde Secretaria de Estado da Saúde;Secretária Municipal de Saúde de Franco da Rocha

O município de Franco da Rocha, local da experiência relatada, segundo projeção do SEADE para 2019, tem uma população acima de 60 anos equivalente a 10,8% da população. Mesmo o município não tendo alcançado um envelhecimento populacional avançado, alguns indicadores chamaram a atenção dos gestores da área da Saúde e estes, em parceria com o Programa de Especialização do Instituto de Saúde de São Paulo, no ano de 2017, iniciaram a construção da linha de cuidado da saúde do idoso. Descrevemos os avanços e as dificuldades dessa construção em um contexto no qual um município colocava, pela primeira vez, na sua agenda de prioridades um modelo assistencial específico para a população idosa. **Descrição:** A primeira etapa do trabalho consistiu em proporcionar encontros com foco na reflexão e problematização das temáticas relacionadas à saúde do Idoso na Atenção Básica, promovendo quebra de velhos paradigmas e preconceitos, fomentando atitudes acolhedoras que auxiliam na vinculação das relações usuários idosos e profissionais de saúde. A segunda foi a construção da rede de atenção a pessoa idosa por meio de visitas a todos os potenciais pontos de atenção à saúde do idoso (Saúde, Assistência Social, Cultura e Esporte) para compreender o funcionamento deles. Em seguida, foi pactuado entre os gestores dos serviços um fluxograma de acordo com o perfil de capacidade funcional do idoso atendido. Paralelamente, elaborou-se, um Caderno de Saúde do Idoso, contendo as principais diretrizes norteadoras para a organização dos serviços e para o cuidado do idoso. Atualmente, estamos trabalhando na implantação da caderneta de saúde da pessoa idosa, adotado como estratégia para implantação da linha de cuidado. A Caderneta será importante ferramenta para acompanhar e monitorar longitudinalmente a saúde dos idosos com olhar multidimensional. A implantação da caderneta foi pactuada com os profissionais da Estratégia de Saúde da Família e também com os trabalhadores do Núcleo de Apoio à Saúde da Família,

do Centro de Referência de Assistência Social e do Conselho do Idoso. Serão realizadas oficinas, orientadas pela metodologia da Educação em Saúde, com o objetivo de sensibilizar os profissionais para a utilização da caderneta e para o manejo dela no cotidiano dos serviços. Lições Aprendidas: Atenção interdisciplinar, conhecimentos específicos em geriatria e gerontologia, ainda, estão muito distantes da realidade de gestores e de trabalhadores da rede de saúde. Recomendações: 1) Necessidade urgente de uma formação permanente para as equipes de saúde. 2) Importância das pactuações em algum fórum coletivo com a participação de atores chave (gestores, profissionais, os especializando e os representantes das demais secretarias) na tomada de decisão em cada etapa do processo de implementação de uma linha de cuidado.

### **IMPLANTAÇÃO DE INSTRUMENTO DE ORGANIZAÇÃO DA ALTA EM UM AMBULATORIO ESPECIALIZADO EM IDOSOS.**

Relato de Experiência

Christiane Talita Teixeira

Andiara Menezes da Silva

Joana D'arc Ricardo dos Santos

Marcia Maiumi Fukujima

Ame Idoso Sudeste

**CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA:** Durante o monitoramento de idosos foi identificado falha no processo de elaboração e registro da programação de alta ambulatorial, fator que favorecia falhas, gerando atraso no direcionamento do caso e contra referência para unidade de origem. Foi observado que muitos pacientes recebiam alta com exames e consultas em demanda (aguardando agendamento) o que de certa forma bloqueava a alta do mesmo. Outro problema enfrentado era a ausência de interface com UBS de referência. **DESCRIÇÃO:** Com o objetivo de monitorar o caso e qualificar as etapas da alta ambulatorial, foi desenvolvido um instrumento com os principais pontos a serem observados no pré e pós alta. De acordo com o perfil dos idosos atendidos na unidade, definimos os itens que apresentaram melhores resultados na supervisão de alta para a elaboração do instrumento composto dos seguintes passos: 1- Discussão da alta (geriatra – enfermeiro). 2- Avaliação dos exames no prontuário. 3 – Verificação exames pendentes de agendamento no sistema CROSS. 4 - Verificação de retorno médico / não médico pendentes. 5- Evolução da alta 6- Consulta geriátrica para comunicação de alta. 7- Contato na UBS de referência para informar sobre de alta ambulatorial. A cada passo realizado deve-se registrar a data e os responsáveis pela ação, garantindo assim que a etapa do processo foi finalizada, para novo passo ser iniciado. Após o preenchimento, este é anexado ao prontuário do paciente ficando à disposição de qualquer profissional que manusear o prontuário. Instrumento simples, de fácil aplicação e análise de dados, sem custo, contando apenas com interesse dos profissionais envolvidos na gestão do caso. **LIÇÕES APRENDIDAS:** Evidenciamos a importância da instrumentalização como forma de organizar as etapas da alta ambulatorial, de modo a fortalecer o vínculo entre a unidade ambulatorial e a unidade de referência (UBS) com o objetivo de garantir a continuidade do plano terapêutico definido. Inovação nas formas de gerir o cuidado, focando no avanço contínuo dos métodos de gerenciamento dos casos. **RECOMENDAÇÕES:** Continuar e avaliar o instrumento visando garantir a segurança do paciente durante toda a permanência no ambulatório. Futuramente a inclusão da instrumentalização da alta das demais especialidades atendidas na unidade. **DESCRIPTORIOS:** Monitoramento, padronização, enfermagem e organização. **REFERÊNCIAS:** Checklist - Como Fazer As Coisas Benfeitas – Atul Gawande Sextante; Edição: 1ª (9 de junho de 2011)

### **IMPLANTAÇÃO DO GRUPO DE PREVENÇÃO DE QUEDAS: UMA INTERVENÇÃO DO PROGRAMA DE ACOMPANHANTE DE IDOSOS (PAI) NA UNIDADE DE SAÚDE BUTANTÃ**

Trabalho científico

Patricia Costa Silva

Érica Maria Santos Gonçalves

Lívia Monteiro Lucio

Simone Rangel Pinho

Cláudia Santos Porto

Sônia Trassi

Rodrigo Olmos  
UBS Butantã

Implantação do Grupo de Prevenção de Quedas: uma intervenção do Programa de Acompanhante de idosos (PAI) na Unidade de Saúde Butantã. O PAI é uma modalidade de cuidado domiciliar biopsicossocial a pessoas idosas em situação de fragilidade clínica e vulnerabilidade social, disponibiliza a prestação dos serviços de profissionais da saúde e acompanhantes de idosos, para apoio e suporte nas Atividades de Vida Diárias. Diante do elevado número de notificações de quedas realizou-se a implantação do Grupo de Prevenção de Quedas. Objetivos Fomentar ações educativas sobre os fatores de riscos extrínsecos e intrínsecos relacionados a quedas. Promover a prática de exercícios físicos, visando à prevenção de quedas. Diminuir a frequência e consequência de quedas. Metodologia Trata-se de uma intervenção com dados obtidos no período de 04-2018 a 06-2019, em idosos com uma ou mais quedas, totalizando 46 idosos, convidados a participar do grupo e uma idosa caíadora crônica convidada a realizar intervenção domiciliar com a Acompanhante de Idoso. Elaborou-se uma matriz de intervenção, com a primeira ação desenvolvida alertando a comunidade sobre os fatores de riscos e consequências de quedas nos idosos. Foi elaborada uma Educação Permanente para expor e reproduzir o Programa de Exercícios Domiciliares de Otago, que consiste em um treino de equilíbrio, força e marcha orientado por profissionais envolvidos no cuidado da pessoa idosa, direcionado aos idosos que apresentem risco elevado de queda e que não tenha incapacidade motora e/ou cognitiva grave. Iniciando no dia 05 de julho de 2019 o grupo acontece semanalmente com 1 hora de duração sendo 15 minutos de orientações sobre fatores de riscos para quedas e 45 minutos destinados à realização dos exercícios propostos. Os primeiros encontros foram destinados aos fatores extrínsecos. Expondo simulações de ambientes de risco na residência e externos sensibilizando sobre o estado das ruas e uso de calçados inadequados, finalizando esta etapa com um encontro sobre polifarmácia e medicamentos que apresentam potencial risco para quedas. No terceiro mês do grupo, foram convidados profissionais da Unidade a fim de promover a integração entre grupos já existentes que trabalham e promovem o envelhecimento ativo, abordando os temas de higiene pessoal, dando ênfase aos cuidados na hora do banho e exercícios de respiração, a fim de trabalhar o medo e a ansiedade pós-queda. Os encontros culminam com os exercícios de Otago observando a particularidade de cada participante antes de avançar cada etapa. Resultados Conscientização da equipe e dos idosos sobre a importância da prevenção de quedas orientando fatores de risco modificáveis e exercícios físicos. Integração dos idosos do PAI com idosos da UBS, facilitando um espaço de ressocialização. Conclusão O grupo tem proporcionado à equipe e aos idosos um olhar diferenciado, sensibilizando-os aos fatores de risco modificáveis e aos benefícios expostos com os exercícios realizados.

## **INFLUÊNCIA DO PILATES NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE UMA IDOSA COM DOR LOMBAR CRÔNICA: ESTUDO DE CASO**

Trabalho científico

Ariela Torres Cruz

Priscila de Oliveira Januário

Isabela Coelho Baptista

Priscylla Alves Martins

Amanda da Rocha Rodrigues

Carlos Henrique Chagas Bernardo

Thainá Silva Nunes

Amélia Pasqual Marques

Universidade de São Paulo e Centro Universitário de Barra Mansa

Objetivo: Verificar a alteração da capacidade funcional de uma idosa após a realização de exercícios do Mat Pilates. Metodologia: Após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) (CAAE: 10016919.0.0000.0065) deu-se início a este estudo que teve como participante uma paciente com as seguintes características: sexo feminino, 76 anos, casada, com sobrepeso (Índice de Massa Corporal - IMC:31,22), ensino fundamental incompleto, costureira aposentada, hipertensa, com diabetes mellitus tipo 2, incontinência urinária por urgência e dor lombar há 15 anos. A mesma foi submetida a 16 atendimentos, duas vezes por semana em dias alternados através de quatro exercícios do Mat Pilates (Pelvic Curl, Leg Lift Supine, One Leg Circle modificado e Hundred modificado). Antes do primeiro atendimento, a participante foi treinada a ativar o centro de



força também conhecido como powerhouse até que esta entendesse como alinhar a coluna no sentido do eixo axial e realizar a contração dos músculos abdominais e do assoalho pélvico. Na primeira semana a paciente realizou 4 séries de 5 repetições de cada exercício e a cada semana uma repetição era aumentada até que fossem realizadas 4 séries de 10 repetições de cada exercício até o último atendimento. Antes e após o tratamento, a paciente foi avaliada através do índice de incapacidade de Oswestry (IOO) por um avaliador cego. O IOO é um instrumento validado para a língua portuguesa com alta confiabilidade para a população brasileira. Ao estabelecer o grau de incapacidade lombar através deste instrumento, é possível observar mudanças relacionadas a um tratamento em indivíduos com dor lombar. O índice é calculado somando-se o escore total (cada seção vale de 0 a 5) e o total de pontos equivale à soma dos pontos das 10 seções. A interpretação é realizada por meio de porcentagem: 0% a 20% incapacidade mínima, 21% a 40% incapacidade moderada, 41% a 60% incapacidade severa, 61% a 80% invalidez, 81% a 100% paciente acamado ou exagera nos sintomas. Resultados: Comparando os momentos antes e depois do tratamento, observou-se que a paciente passou de uma incapacidade severa (46,66%) para uma incapacidade mínima (22%). Conclusão: Os exercícios do Mat Pilates contribuíram para a melhora da capacidade funcional da paciente participante deste estudo. Sugere-se que outros estudos sejam realizados com um número maior de participantes, outras intervenções e formas de avaliação para complementar esses achados.

## **INTEGRAÇÃO DO PROGRAMA MELHOR EM CASA EM UM HOSPITAL PARA VIABILIZAR A DESOSPITALIZAÇÃO**

Relato de Experiência

LUCIA CRISTINA DA SILVA PEDROSO

RITA DE CASSIA R CAVALHEIRO

SHAIDDY ARAUJO FARIA

ANDREA C FOLHE

FERNANDA LUCIA CAMPOS

VÂNIA H. DE SOUZA MOREIRA

EMERSON SANTOS DA SILVA

WANDA MELLO.

ATENÇÃO PRIMARIA A SAÚDE SANTA MARCELINA E HOSPITAL GERAL SANTA MARCELINA DO ITAIM PAULISTA

Caracterização do Problema O envelhecimento populacional desafia os sistemas de saúde, uma vez que os idosos apresentam mais problemas de saúde, gerando gastos elevados com internações prolongadas. Um dos eixos centrais da atenção domiciliar (AD) é a desospitalização, permitindo celeridade no processo de alta hospitalar e continuidade dos cuidados no domicílio, viabilizando a alta segura e reduzindo os riscos associados a longos períodos de internação. Descrição A portaria nº 1.208 de 18 de junho de 2013 do ministério da saúde, traz como principais objetivos e atribuições da AD evitar internações hospitalares desnecessárias, realizar busca ativa no hospital, matricular setores e equipes do hospital na identificação de pacientes elegíveis para a AD, preparando-os para uma desospitalização segura. O Hospital Geral Santa Marcelina de Itaim Paulista em parceria com o Estado de São Paulo é um hospital de média complexidade localizado no extremo da zona leste, dispondo de 250 leitos onde 60 % de seus internados são idosos Neste contexto, a coordenação de saúde do hospital, juntamente com a coordenação da Equipe Multiprofissional de Atenção Domiciliar (EMAD), iniciaram a construção do fluxo de desospitalização em agosto de 2019, visando a alta qualificada e segura com a continuidade do cuidado domiciliar. O fluxo foi construído a partir da sensibilização realizada pela EMAD junto às lideranças multiprofissionais do hospital, estabelecendo critérios de elegibilidade da EMAD, integração das equipes e definição de estratégia para busca ativa dos pacientes. A captação dos pacientes inicia com o núcleo interno de regulação do hospital, o qual procede com a territorialização, definição da EMAD de referência e identificação do cuidador. A EMAD realiza a avaliação do paciente ainda na internação, orientando os cuidadores e avaliando as necessidades gerais, evitando reinternações e garantindo a permanência do idoso no seu domicílio. Dentre os dez pacientes avaliados, sete foram captados pela EMAD, sendo que cinco deles são idosos (71,43%). Lições Aprendidas Observamos grandes benefícios com o fluxo de desospitalização, pois este cuidado de transição reduz o risco de contaminação por infecção hospitalar, viabiliza o vínculo família/paciente/equipe e gera maior confiança e conforto no tratamento domiciliar. Deseja-se ampliar esse trabalho a outros serviços para captação precoce, visando o bem estar do paciente

e redução dos gastos com agravos de saúde advindos de internações prolongadas. Recomendações A desospitalização é um modelo adequado ao novo perfil epidemiológico da população e mostra-se como estratégia multidisciplinar e integrativa da rede assistencial à saúde da pessoa idosa, podendo ser ampliado para todo o território nacional, assegurando menor permanência em internações, diminuição dos agravos a saúde decorrentes de internações prolongadas, alta segura e acompanhamento integral de sua saúde no ambiente domiciliar.

## **INVESTIGAÇÃO DE INEFICÁCIA TERAPÊUTICA DE TIAMINA APÓS AGRAVAMENTO DE QUADRO NEUROLÓGICO EM IDOSO**

Trabalho científico

Jaqueline Kalleian Eserian

Márcia Lombardo

Centro de Medicamentos, Cosméticos e Saneantes, Instituto Adolfo Lutz|Objetivos: Investigar a suspeita de ineficácia terapêutica de tiamina em um paciente idoso que realizava tratamento em um Ambulatório de Especialidades (AE) do município de São Paulo após apresentação de piora neurológica com a utilização do medicamento. Metodologia: A Coordenadoria de Vigilância em Saúde (Covisa) solicitou ao Instituto Adolfo Lutz (Laboratório Central de Saúde Pública-SP) a análise fiscal do medicamento em questão para verificação da sua qualidade por meio da realização de ensaios farmacêuticos. A amostra foi composta por comprimidos de cloridrato de tiamina 300mg distribuídos na rede pública de saúde municipal e pertencentes ao lote investigado. Foram realizados ensaios de aspecto, variação de peso, identificação e teor de cloridrato de tiamina, uniformidade de doses unitárias e dissolução, de acordo com métodos farmacopeicos. Resultados: Os comprimidos estavam acondicionados em embalagem lacrada original do fabricante e não apresentaram nenhuma não conformidade quanto ao aspecto. A variação de peso entre os comprimidos foi de -4,6 e +4,5% (Valor de referência-VR:  $\leq \pm 5\%$ ). O teor de cloridrato de tiamina foi de 95,2% da quantidade declarada (VR: 92,5-107,5%). As doses unitárias apresentaram uniformidade satisfatória, com valor de aceitação (VA) de 8,8% (VR:  $< 15\%$ ). Os comprimidos apresentaram quantidade mínima de 82,6% de cloridrato de tiamina dissolvida (VR:  $> 80\%$ ). Níveis reduzidos de tiamina em nível central são associados ao comprometimento do metabolismo oxidativo, neuroinflamação e neurodegeneração, eventos estes também observados com frequência em doenças neurodegenerativas, como a Doença de Alzheimer e de Parkinson. Diversos estudos apontam que a suplementação com tiamina pode ser benéfica na prevenção e tratamento de doenças neurológicas associadas ao envelhecimento. O tratamento de condições neuropsiquiátricas associadas à deficiência de tiamina visa o restabelecimento de seus níveis, levando a um menor risco de agravos no sistema nervoso central. Conclusão: A suspeita de ineficácia terapêutica da tiamina não estava relacionada a desvios de qualidade do medicamento, uma vez que todos os ensaios realizados apresentaram resultados satisfatórios. O agravamento de quadros neurológicos em idosos pode estar relacionado a diversas causas, o que dificulta a elucidação da queixa. Outros aspectos, como a adesão terapêutica, devem ser investigados a fim de responder ao caso.

## **INVESTIGAÇÃO DE QUEDAS E MEDO DE QUEDAS EM IDOSOS DA COMUNIDADE**

Trabalho científico

Guilherme Bueno Silva Alves

Carla Maria de Andrade Souza

Jorge Luiz de Brito

Gabriel Alves Vilela

Lívia Maria Ribeiro Rosário

Rosana Figueiredo Costa

Mônica Beatriz Ferreira

Centro Universitário do Sul de Minas

OBJETIVO: Verificar a incidência de quedas e medo de cair em idosos do Projeto Unis Sênior. METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal, de campo realizada entre março a maio de 2019, voluntariamente após a aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa FEPESMIG, parecer 2.747.552 e CAAE: 9064318.3.0000.5111, com assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. A amostra foi constituída aleatoriamente de mulheres inscritas no Projeto Unis Sênior, com idade de 60 anos e mais.

Utilizou-se um instrumento de caracterização dos sujeitos contendo dados sociodemográficos e indagações referente a números de quedas, situações, consequências e medo de cair. RESULTADOS: A amostra foi composta por 48 mulheres, com a média de idade de 69 anos (60 a 81 anos), 10,5% (n=5) relataram que sofreram queda nos últimos 6 meses, com idade variando entre 67 a 75 anos, sendo que 60% dessa população sofreram mais de 2 quedas e, como consequência uma idosa teve fratura de punho. Quanto ao relato de medo de quedas, 54% (n=26) apontaram ter medo de cair. O porquê do medo, 64,5% (n=17) de ter alguma fratura; 15,5% (n=4) por ter a percepção de fraqueza e/ou dor nos membros inferiores; 4% por idade avançada (72 anos); 4% (n=1) por quedas anteriores; 8% (n=2) por piso irregular e não propício e 4% (n=1) não respondeu. 100% das idosas entrevistadas apresentaram medo da possível dependência de algum familiar ou cuidador. Quanto a percepção de perigo ambiental no domicílio, 40% (n=19) responderam sim, assim como 40% (n=19) não e 20% (n=10) não souberam responder. As respostas afirmativas quanto à perigos, 68,5% (n=13) presença de escadas, 26% (n=5) piso irregular e 10,5% (n=1) tapetes. CONCLUSÃO: 71% (n=34) não caíram recentemente, mas, relataram possuir medo de cair devido a possíveis consequências e justificativas como fraturas, idade avançada, instabilidade dinâmica e funcional de membros inferiores, e ficar dependente de cuidados de outros. O medo pode ser um fator impactante na qualidade de vida do idoso, no entanto, nesse estudo as participantes envolveram-se ativamente nas atividades de prevenção de quedas dentro do projeto e, percebe-se que o medo de cair ainda prevalece. No ponto de vista do medo, ele pode ser um indicativo da percepção do próprio corpo, considerado um fator protetor para comportamentos ousados que possam levar à uma queda. Nota-se a importância de idosos ativos na participação e realização de oficinas de prevenção de quedas com a metodologia de educação e reflexão.

## **MEDIAÇÃO FAMILIAR EM CONTEXTOS DE CUIDADOS AOS IDOSOS. DIÁLOGOS INTERDISCIPLINARES**

Relato de Experiência

Alessandra Negrão Elias Martins

Marília Fiorezzi Taborda Vieira Sanches  
autônomas

Mediação Familiar em Contextos de Cuidados aos Idosos. Diálogos Interdisciplinares Alessandra N. E. Martins Marília F. T. V. Sanches É possível mediar os cuidados familiares para idosos que se encontram em situação de risco? Com esta questão iniciou-se em 2011 o Projeto de Mediação Para Idosos em Situação de Risco na Promotoria de Justiça Cível do Foro Regional de Santo Amaro, SP (SP). Iniciativa da Promotora de Justiça Cível Dr.<sup>a</sup> Mônica L. Pereira e da Procuradora de Justiça Dr.<sup>a</sup> Isabella R. Martins. A partir da prática e estudos sobre o método seguem diálogos interdisciplinares. A Mediação Familiar Para Idosos em Situação de Risco é feita por uma equipe de mediadores voluntários nos casos encaminhados pelos Promotores de Justiça nos Procedimentos Administrativos com idosos em situação de risco por abandono moral ou material e em conflitos familiares em seus cuidados. Se desenvolve de forma voluntária e sigilosa, com base na comunicação não-violenta, com objetivo de fortalecer os vínculos familiares e afetivos para o desenvolvimento do cuidado responsável, num estágio anterior a uma judicialização. Os familiares, em até seis encontros, discutem utilização do benefício, contratação do cuidador, convivência familiar, entre outros assuntos, visando a melhoria por meio do diálogo. O Promotor de Justiça responsável acompanha o caso durante toda a mediação. Uma vez que (i) centros-dia são locais de acolhida a idosos com declínio funcional e/ou cognitivo, que dificultam exercer sua autonomia e independência e, (ii) que os familiares também se beneficiam dos serviços do centro-dia pelo respiro que recebem, tem-se nesses centros um espaço neutro para uma possível intervenção em conflitos através da mediação familiar. O centro-dia não somente recebe idosos em regime diurno de permanência, mas também auxilia a família por meio da equipe multidisciplinar, oferecendo orientações, sugestões de manejo e estratégias cujo objetivo é fortalecer o cuidado. Também contribuem para além da resolução do conflito familiar, na construção de uma rede de apoio e fortalecimento dos vínculos familiares. Assim, a mediação familiar em ambientes de centro-dia poderia desconstruir o estigma de que o Ministério Público busca a judicialização. Ajudando o familiar, por meio da percepção do problema, a assimilar situações geradoras de estresse, alta carga emocional e afetiva, sobrecarga do cuidado, culpa e dificuldades de comunicação, buscando-se a solução no sentido do autocuidado além do cuidado dispensado ao idoso.

## **O EFEITO DA FISIOTERAPIA EM IDOSOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO**

Trabalho científico

Mariana Santos Rabelo

Paula Nunes Cordeiro Soares

Janez Susteric dos Passos

Patrícia Martins Franciulli

Universidade São Judas Tadeu

Introdução: A osteoartrite de joelho é uma doença articular crônica degenerativa, evidenciada pelo desgaste da cartilagem articular. Ela possui alta prevalência em idosos ocasionando dor e perda da função. Além disso, sua frequência é maior em articulações que sustentam mais peso como a do joelho. Objetivo: Avaliar os efeitos da fisioterapia em idosos com osteoartrite de joelho através da capacidade funcional, equilíbrio e mobilidade. Metodologia: O estudo de intervenção, aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade São Judas Tadeu, avaliou 17 idosos que tinham  $73,53 \pm 7,41$  anos de idade e que apresentassem índice de massa corporal (IMC) de  $28,60 \pm 3,67$  kg/m<sup>2</sup>. Foram incluídos indivíduos de ambos os gêneros, com idade maior ou igual a 60 anos, com diagnóstico radiológico e clínico de osteoartrite crônica de joelho unilateral ou bilateral, deambulando com ou sem dispositivos de auxílio à marcha; apresentando dor em um ou ambos os joelhos e com cognitivo preservado de modo a compreender ordens simples. Dessa forma, foram excluídos aqueles indivíduos submetidos a cirurgias prévias no joelho, com doenças inflamatórias, obesidade mórbida e amputados de membros superiores e inferiores. Tais participantes passaram por um protocolo de exercícios composto por treinamento de equilíbrio, alongamento e força muscular durante 10 semanas, 2 vezes por 60 minutos aproximadamente. O equilíbrio, a capacidade funcional, mobilidade e força muscular foram avaliados através da escala de equilíbrio de Berg, Dynamic Gait Index e dinamômetro manual Jamar, respectivamente. Resultados e Discussão: O teste t de Student não-pareado foi utilizado a fim de verificar o efeito da fisioterapia. Ao avaliar os períodos pré e pós intervenção, constatou-se que houve diferenças estatísticas significantes quanto ao equilíbrio, mobilidade e capacidade funcional. Considerações Finais: O efeito da fisioterapia em idosos com osteoartrite de joelho demonstrou-se benéfico na população estudada e pode ser associado a melhora de tais indivíduos, uma vez que se observou, através de instrumentos validados, de alta confiabilidade e adequados à população senil, que o tratamento conservador promove retorno da função e consequente qualidade de vida.

## **O FOCO E OS FATOS DE UM ENVELHECER COM DIGNIDADE RESIDINDO EM UMA ILPI**

Relato de Experiência

Talbian Raony Przybycz

Associação Lar dos Velhinhos de Rio Azul

ASSOCIAÇÃO LAR DOS VELHINHOS DE RIO AZUL – Rua Campolim José Ribeiro, 994, Centro, Rio Azul-PR. Município da região centro sul do estado, com aproximadamente 14.500 habitantes. Instituição de Longa Permanência para Idosos, presta serviço de alta complexidade da Política de Assistência Social, possui natureza filantrópica. Fundada em 1984. Em 2012 chegou à situação extrema de quase fechar as portas devido aos vários problemas em sua estrutura física, superlotação, recursos humanos insuficientes, dívidas e falta de recursos financeiros. Com mudança em sua diretoria e coordenação, foram adotadas novas posturas quanto à gestão institucional, foi ainda incorporada à nova logo o lema, “Envelhecer com dignidade”. entre as várias mudanças que começavam a acontecer se destacou evidenciar todos os problemas através de uma audiência pública e internamente, através da decisão de não realizar nenhum acolhimento, enquanto a “casa” não estivesse suficientemente organizada. Assim, o número de acolhidos que em 2011 chegou a 63, e que neste período superava os 50, tinha por tendência apenas diminuir. Vale ressaltar que deste momento em diante, além dos óbitos que ocorreriam, a instituição teve que iniciar um processo de reintegrar os residentes com menos de 60 anos a seus familiares. No mesmo ano, o número de residentes chegou a 40. Voltamos a 2006, ano em que começam a ser construídas algumas casinhas com objetivo de ampliar a capacidade de acolhimento. Em 2011 às últimas de um total de 10 são finalizadas. Tal explicação se faz necessária, cada uma das casas além de varanda, sala e banheiro, possuindo 2 quartos para 2 idosos cada, portanto, nas dez casas, poderíamos manter os 40 idosos. Deu-se então a extinção dos quartos coletivos, iniciando uma nova fase, “envelhecer com dignidade”, se tornou definitivamente possível. A grande mudança resultou em inúmeras mudanças na vida dos residentes: maior privacidade; recuperação de identidade; ter pertences pessoais; preservação

da individualidade; formação de vínculos entre companheiros de casa e presença de alegria como rotina. Algo evidente pela receptividade que os idosos passaram a demonstrar, com todos que chegam ao Lar dos Velhinhos. O senso de pertencimento antes resumido a uma cama entre várias dos quartos coletivos tornou-se semelhante ao de vidas não institucionalizadas. O fato de terem casas e tudo que elas possibilitam, proporcionou várias situações semelhantes às vividas numa sociedade comum. Quando acolhidos, não estão sendo abandonados, nem se tornando inativos, nem esperando a morte, estão chegando para seguir e/ou passarem a ter uma vida mais digna. Como dizia uma residente da ILPI, “Se chover ficarei em casa, se não chover, hoje vou no asilo”. Quanto aos problemas acima citados, pouco a pouco foram sendo superados. Quando faltar recursos, deve sobrar organização, transparência, boa vontade. É preciso propiciar e permitir aos idosos institucionalizados as satisfações pessoais que a vida oferece.

## **O IMPACTO DAS INTERVENÇÕES DA TERAPIA OCUPACIONAL EM PACIENTES CRÔNICOS INTERNADOS EM UMA UNIDADE DE CUIDADOS PALIATIVOS E PROLONGADOS.**

Relato de Experiência

Larissa Delazia Albuquerque Santana

Instituto Brasileiro de Controle do Câncer - IBCC

O processo de envelhecimento gera mudanças de ordem física, emocional, social e cognitivas ao indivíduo, afetando habitualmente seu desempenho nas atividades cotidianas. A atuação do Terapeuta Ocupacional com idosos crônicos justifica-se na presença ou ausência de prejuízos à sua funcionalidade. O profissional deverá adotar como premissa, seja em programas com enfoque preventivo, recuperativo ou adaptativo, o reforço das capacidades e autonomia do idoso. Sendo assim, desde novembro de 2016 o setor de Terapia Ocupacional foi implantado no Instituto Brasileiro de Controle do Câncer – Unidade Jaçanã, visando a melhora dos aspectos ocupacionais, emocionais e qualidade de vida dos pacientes. No ato da admissão os pacientes são avaliados pela profissional que verifica quais as demandas apresentadas e a melhor forma de intervenção, criando então o plano terapêutico ocupacional individual. No período de 2016/2017, 88 pacientes foram internados na unidade com a seguinte perfil: 18 deambulando, 37 cadeirantes e 33 acamados; 40 deles aceitavam as atividades de socialização e 48 recusavam esse tipo de proposta; em relação aos aspectos cognitivos 08 apresentavam prejuízo cognitivo leve, 22 prejuízo cognitivo moderado, 27 prejuízo cognitivo grave e em 31 deles não foi possível aplicar o Mini Exame do Estado Mental; nos aspectos funcionais: 10 eram independentes para AVDS, 22 apresentavam dependência parcial e 56 dependência importante com base no Índice de Katz; e em relação à forma alimentar: 19 deles utilizavam GTT/SNE, 24 era necessário ser ofertado pela equipe de enfermagem, 10 deles alimentavam-se sozinhos porém com pequenos auxílios da equipe e 35 de forma independente. Após 1 ano de institucionalização, esses mesmos pacientes foram reavaliados para verificar qual o impacto do setor de TO na qualidade de vida. Com isso, os resultados apresentados foram: 20 deambulando, 41 cadeirantes e 27 acamados; 52 deles passaram a participar das atividades de socialização e 36 seguem recusavam esse tipo de proposta; em relação aos aspectos cognitivos: 06 apresentavam estar dentro da normalidade, 19 apresentavam prejuízo cognitivo leve, 18 prejuízo cognitivo moderado, 18 prejuízo cognitivo grave e em 27 deles não foi possível aplicar a avaliação; nos aspectos funcionais: 18 eram independentes para AVDS, 32 apresentavam dependência parcial e 38 dependência importante com base no Índice de Katz; e em relação à forma alimentar: 11 deles utilizavam GTT/SNE, 17 era necessário ser ofertado pela equipe de enfermagem, 18 deles alimentavam-se sozinhos porém com pequenos auxílios da equipe e 41 de forma independente. Desta forma, pode-se dizer que a terapia ocupacional apresentou impacto significativo na qualidade de vida dos idosos institucionalizados, evidenciando a importância da profissão na área de geriatria e gerontologia hospitalar.

## **O IMPACTO DO ATENDIMENTO PELO PROGRAMA ACOMPANHANTE DO IDOSO EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE**

Relato de Experiência

Elisabete Pereira Silva França

Fabiana Rodrigues Calado Lima

Fátima Santos da Assunção

#### APS SANTA MARCELINA

Este trabalho constitui o relato de experiência vivenciada pela equipe do Programa Acompanhante de Idosos - PAI Vila Jacuí. Identificamos vulnerabilidade da idosa CTB no recebimento da solicitação do Serviço Social da UBS Vila Jacuí. Idosa 70 anos, aposentada, casada, com dificuldade de acesso aos serviços de saúde, dependência e submissão ao esposo. Conforme encaminhamento, idosa com diagnóstico de Sequela de AVC, Depressão, Hipertensão, Fratura de Fêmur, baixa auto estima e perda de peso. A avaliação para inclusão no PAI, evidenciou quadro de vulnerabilidade, devido suporte familiar frágil, aparente conflito com o esposo MMB. Durante a avaliação o esposo apresentou-se agitado, interferindo nas informações prestadas por ela, dando a impressão de violência psicológica/doméstica. Casal referiu pouco contato com o filho EMB e ausência de suporte comunitário. Senhora CTB restrita ao quarto, sem acesso a meios de comunicação, impossibilitada de contato externo, inclusive para pedido de socorro. Foi elaborado Plano de Cuidados para a Senhora CTB, de grau intermediário, com duas visitas semanais do Acompanhante Comunitário do Idoso (ACI), visita médica bimestral; visita de enfermagem mensal e Assistente Social conforme demanda. Além do acompanhamento pelo PAI, idosa segue com especialistas no Hospital do Servidor Público Municipal. A partir de estabelecimento de vínculo com a equipe, a idosa relatou sofrimentos no passado, causados pelo perfil agressivo do esposo, e uso de substâncias ilícitas, quando, em sua segunda gestação, foi por ele forçada a praticar um aborto, fato que ainda lhe causa muito sofrimento. Idosa encaminhada para atendimento com equipe de saúde mental, compareceu com o filho EMB, porém, especialista não identificou necessidade de acompanhamento, sendo indicada avaliação para seu esposo, que até o presente momento não compareceu na Unidade. Observou-se melhora significativa do quadro da Sra. CTB, que passou do quadro 'acamada' para 'deambulando com auxílio', devido adesão às orientações recebidas pela equipe de fisioterapia. Idosa passou a realizar algumas atividades como: troca da própria fralda, arrumação da cama, preparo de algumas refeições, banho com auxílio, adesão medicamentosa e ida a consultas com apoio do filho; retomada de contato com irmã via telefone; independência parcial devido instalação de aparelho telefônico, caixa de som e TV no quarto; empoderamento sobre suas ações e decisões frente ao modo de vida e participação em atividades externas de socialização, na UBS. Importante salientar que observou-se relacionamento harmonioso entre o casal, o esposo apresenta aparente melhora no sentido de compreender a importância dela ter acesso aos serviços de saúde, socialização e tomada de decisões; observamos que ele compreende a atuação e importância do Programa. Concluímos que o trabalho em equipe, escuta qualificada e encaminhamentos são fundamentais para mudança de cenário em situações de vulnerabilidade.

#### O SENTIDO DE BELEZA E AUTOCUIDADO PARA IDOSOS

Relato de Experiência

Leticia Beatriz Silva dos Santos

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes”

Caracterização do problema: As caracterizações sociais construídas ao longo da história, diferenciam ambos os sexos e criam uma imagem do que é velhice, acentuam estereótipos e contribuem para uma visão negativa, muitas vezes do próprio idoso, diante de algumas práticas em saúde, autocuidado e auto imagem, principalmente no sexo masculino. A percepção do idoso diante do cuidado estético que culturalmente associa-se ao sexo feminino, foi norteadora para o presente relato, que após uma ação educativa em um concurso de beleza, utilizou como tema a maquiagem e cuidados masculino em saúde. Descrição: Para os finalistas de um concurso de beleza, foi realizada uma ação de promoção à saúde sobre cuidados com a pele, importância da hidratação, proteção solar e maquiagem para homens, desmistificando e incentivando essas práticas. Após, foram disponibilizadas vagas para maquiagem no dia do evento. Os relatos foram colhidos em diário de campo. Lições aprendidas: Durante a ação educativa apenas dois idosos mostraram possuir visão a favor da maquiagem para homens, após a conversa em grupo, com todos os finalistas, orientada por equipe multiprofissional, em um espaço descontraído e acolhedor que proporcionou um conforto aos participantes para se expressarem, tendo todos espaço para a fala, surgiram mais relatos de idosos que já haviam se maquiado para algum evento, além de realizarem cuidados com a pele diariamente. Dos 25 finalistas do concurso, 15 mostraram-se interessados em realizar a maquiagem, inscrevendo-se antes do evento, 3 apareceram na hora e solicitaram encaixe. No momento da maquiagem e preparação pré-evento, houve depoimentos de satisfação e admiração quando olharam-se no espelho, alguns pela primeira vez, maquiados, relatando “parecer natural”, sentiram-se belos, felizes e esperançosos para ganhar o concurso. Foi correlacionado os cuidados com a pele e boa aparência, com

maior sentimento de felicidade e melhor qualidade de vida, ajudando os idosos a ressignificarem a beleza e a importância do autocuidado na velhice. Recomendações: A percepção do homem idoso em relação à maquiagem e cuidados estéticos foi modificada ao longo da ação educativa a partir da vertente do bem estar e da manutenção da saúde, sendo possível o incentivo ao autocuidado e a melhora da autoestima e da autoimagem.

## **OFICINA DE PRODUÇÃO DE JORNAL EM UM CENTRO DIA PARA IDOSO**

Relato de Experiência

Danielle Davanço

Amanda Cristina Alves

Rachel Vainzoff Katz

Centro Dia para Idoso Bom Retiro - Unibes

Os desafios do envelhecimento na sociedade moderna perpassam pela reflexão do lugar social que a pessoa idosa ocupa na comunidade. Infelizmente ainda é associado à pessoa idosa um papel secundário e envolto de estereótipos negativos que as despotencializam e as desvalorizam. A proposta da Oficina de Jornal no Centro Dia para Idoso Bom Retiro surge com a ideia de desconstruir esses estereótipos e proporcionar um espaço de fala, escrita e troca de afetos, estimulando e promovendo a autonomia e a independência, além de oportunizar a expressão e a valorização da subjetividade de cada um. O Centro Dia para Idoso (CDI) é um serviço de atendimento diurno destinado à pessoas idosas em vulnerabilidade social e com grau de dependência. Têm como objetivos evitar o isolamento social, manter capacidades funcionais, fortalecer vínculos e a autonomia dos usuários. O Centro dia Bom Retiro funciona por uma parceria entre a prefeitura de São Paulo e a UNIBES (União Brasileiro Israelita do Bem Estar Social) A construção do conteúdo do Jornal se dá coletivamente por meio de encontros quinzenais com o grupo de usuários do serviço e busca aguçar a capacidade de pensar criticamente o contexto em que se vive e possibilitar que as histórias de vida, os saberes e crenças dos participantes possam ser registrados e tidos como parte importante da construção da memória do grupo social e da comunidade em que estão inseridos. É mediado pela psicóloga do serviço e se configura, também, como um espaço de intervenção psicossocial, escuta qualificada e acolhimento. Quando iniciamos o projeto foram necessários diversos encontros e conversas para a devida apropriação do espaço do Jornal como sendo deles, e assim, o projeto foi se tornando um espaço legítimo de produção de conteúdo pelos idosos, hoje, após seis meses, já produzimos duas edições com matérias sobre abandono de animais, o bairro do Bom Retiro, histórias de vida, dicas de saúde, a importância da literatura e a vivência e a importância do Centro Dia na vida de cada um, entre outras. Visto que quando o idoso está instrumentalizado com conhecimentos, tem condições de superar as situações de vulnerabilidade em que está inserido, podendo atuar enquanto ator social, sendo protagonista de sua vida e agente de mudança e intervenção coletiva (OAKLEY; CLAYTON, 2003), o Projeto “Jornal do CDI” corrobora para a quebra do paradigma negativo em que o idoso está inserido e para o fortalecimento dos usuários enquanto cidadão e sujeitos de direitos. Dessa forma é urgente a necessidade de criação de espaços e projetos que visem a valorização da fala e da expressão das pessoas idosas. Como dizia Ecléa Bossi (1987), a conversa evocativa de um velho é sempre uma experiência profunda: repassada a nostalgia, revolta, resignação pelo desfiguramento de paisagens caras [...] Para quem sabe ouvi-la é desalienadora, pois contrasta a riqueza e a potencialidade do homem criador de cultura com a mísera figura do consumidor atual.

## **OS BENEFÍCIOS DA LASERTERAPIA DE BAIXA INTENSIDADE ASSOCIADOS A EXERCÍCIOS DOMICILIARES EM IDOSOS COM OSTEOARTROSE DE JOELHO**

Trabalho científico

Thaysson Silva Abreu

Edilma Marinho Garcia Sanches

Guilherme Marcelino Kuriki

Johnny Massahiro Oshiro

Universidade Municipal de São Caetano do Sul

Objetivo: Este trabalho foi realizado para observar a influência da dor, rigidez e função no dia-a-dia dos pacientes idosos avaliados antes e depois das sessões de laserterapia associados a exercícios domiciliares. Metodologia: Dez pacientes com osteoartrose de joelho e acima de 60 anos, ambos os sexos foram

submetidos à 12 sessões de Laserterapia sendo estas realizadas 03 vezes por semana durante um mês. Para avaliação das variáveis foram utilizadas a escala visual analógica (EVA) para dor; Índice de Osteoartrite de Western Ontario (WOMAC) para dor, rigidez e funcionalidade; e Índice de Lequesne para dor, desconforto e função. Os exercícios domiciliares foram demonstrados e explicados pelo avaliador no dia da primeira avaliação, com a orientação de realizar os exercícios 03 vezes na semana durante 04 semanas. O laser utilizado foi de baixa potência classe 3B Chattanooga, caneta de AsGa com comprimento de onda de 850 nanômetros (nm), largura de pulso de 05 mW/cm<sup>2</sup>, 06 pontos com 06 Joules por ponto (três pontos na região medial e três pontos na região lateral do joelho), totalizando 36 Joules por terapia conforme a escala de dosagem da World Association of Laser Therapy (WALT). Resultados: Pode-se observar que após as sessões de Laserterapia e orientação domiciliar os pacientes evidenciaram os seguintes valores nas variáveis: melhora na EVA de 21% (índice de Correlação:  $p=0,60$  - correlação moderada), WOMAC Dor de 13% de Evolução (índice de Correlação:  $p=0,72$  - correlação forte), WOMAC Rigidez de 03% de Evolução (índice de Correlação:  $p=0,59$  - correlação moderada), WOMAC Função de 24% de Evolução (índice de Correlação:  $p=0,95$  - correlação muito forte), WOMAC Geral de 19% de Evolução (índice de Correlação:  $p=0,94$  - correlação muito forte), Lequesne de 17% evolução (índice de Correlação:  $p=0,75$  - correlação forte). Conclusão: Pode-se concluir que após orientações domiciliares e utilização de Laser de Baixa Intensidade, houve melhora significativa do quadro algico tanto através da Escala Visual Analógica (EVA) quanto no quesito WOMAC (Dor), além da significativa evolução funcional através dos questionários WOMAC e Lequesne nos pacientes com osteoartrose de joelho.

## **PARTICIPAÇÃO SOCIAL E PROPÓSITO DE VIDA NA VELHICE: DADOS DE SEGUIMENTO DO ESTUDO FIBRA**

Trabalho científico

Jéssica Dellalibera dos Santos

Meire Cachioni

Mônica Yassuda|Ruth de Melo

Deusivânia Falcão

Anita Neri

Samila Batistoni

Universidade de São Paulo|Objetivo: Descrever indicadores de participação social entre idosos comunitários e testar um modelo de associações diretas e indiretas com as variáveis sexo, idade, escolaridade, número de doenças e mobilidade mediadas por propósito de vida. Método: Estudo realizado a partir de dados de 109 idosos (média= 78,48 [+4,30] anos; 63,3 % feminino) participantes do estudo de seguimento Fragilidade em Idosos Brasileiros no distrito de Ermelino Matarazzo situado na zona leste do município de São Paulo. Características sociodemográficas e econômicas, preservação de mobilidade (indicada por velocidade da marcha), saúde (número de doenças), respostas à Escala de Propósito de Vida e ao Inventário de participação em atividades sociais foram selecionados do banco de dados. Foram derivadas medidas de frequência, média e dispersão dos dados e realizadas análises de associações, com referência aos níveis de participação social. Foi utilizada a estratégia de Análise de Equações Estruturais (Path Analysis) para testar o modelo explicativo da participação social, com destaque para a variável, propósito de vida como mediadora dessas relações. Resultados: A distribuição de frequência entre as atividades sociais pesquisadas geraram evidências que sustentam hierarquia em participação social, com maior manutenção em atividades sociais com interação face-a-face, diminuição progressiva em atividades de interação comunitária e de disponibilização do capital social. Houve associações diretas entre escolaridade, mobilidade e propósito de vida e participação social e indireta entre idade e participação social, mediada por propósito de vida. Conclusão: Os dados sugerem uma realocação da frequência em atividades sociais na velhice havendo a manutenção de atividades em nível proximal, sem representar isolamento social. Embora alterações de mobilidade e baixa escolaridade relacionem-se com menor participação, o propósito de vida potencialmente amplia as possibilidades de manutenção das atividades sociais mesmo com o avanço da idade.



## **PERCEÇÃO DA PARTICIPAÇÃO DO CIRURGIÃO-DENTISTA NO CURSO DE ORIENTAÇÃO PARA CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS**

Trabalho científico

Isabel Tiete Matos

Bruno Guardieiro|Dayane Daniel

Andréia Cristiane Magalhães

Centro de Referência do Idoso da Zona Norte OSS ACSC

O curso de orientação aos cuidadores informais de idosos tem como objetivo a sistematização do cuidado no domicílio, com enfoque na promoção, prevenção e manutenção da incapacidade funcional da pessoa idosa e contempla a participação de equipe interdisciplinar para agregar conhecimentos nas ações integrantes desta estratégia. O público alvo são cuidadores informais, acompanhantes de idosos, profissionais de saúde e demais interessados com carga horária total de 25 horas. O cirurgião-dentista participa por meio de uma aula teórico-expositiva de cerca de uma hora e meia apresentando os cuidados especiais com a saúde bucal do idoso. O objetivo deste trabalho foi avaliar a percepção dos participantes do curso de orientação aos cuidadores informais de idosos em relação a participação do cirurgião-dentista. Um questionário de avaliação de reação foi aplicado a todos os participantes após o término da aula, contemplando diversas questões relacionadas a abordagem do conteúdo, aprendizado durante a apresentação e expectativa do participante. Também foi dada a oportunidade para sugestões por escrito a respeito da aula. Foram aplicados 57 questionários a todos os participantes curso, composto por 23 cuidadores formais (remunerados para a função), 31 cuidadores informais (familiares, vizinhos, entre outros) e 3 profissionais de áreas relacionadas (agentes comunitários, enfermeiros, entre outros). Foram realizadas perguntas a respeito da percepção individual de cada participante com uma escala de 4 respostas possíveis: excelente, bom, regular e ruim. As perguntas “o palestrante foi eficaz no esclarecimento de dúvidas?”, “o conteúdo apresentado atendeu suas necessidades?” e “você ampliou seus conhecimentos?” obtiveram avaliações nos questionários de 82% excelente e 18% bom, 71% excelente e 29% bom, 71% excelente e 29% bom, respectivamente. Essa percepção por parte dos cuidadores informais demonstra o interesse e necessidade da atenção ao tema de saúde bucal do idoso neste grupo. Fato que pode ser reforçado pelo relato de uma das participantes do curso: “foi uma aula muito boa, profissional excelente, tirou nossas dúvidas e esclareceu nossa falta de conhecimento nessa área da saúde bucal”. Algumas vezes, pelo fato do idoso que recebe o cuidado não relatar sentir dor ou incômodo, a saúde bucal pode ser negligenciada. O conhecimento básico das rotinas de higienização e cuidados com próteses dentárias pode muitas vezes evitar a instalação de um determinado agravo de saúde bucal, bem como determinar seu tratamento precoce. A presença do cirurgião-dentista num curso de formação de cuidadores informais de idosos torna-se imprescindível para a desmistificação de um tema pouco explorado neste meio, bem como para potencializar ações de prevenção e promoção de saúde bucal na população idosa.

## **PERCEÇÃO SOBRE FACILITADORES PARA PARTICIPAÇÃO EM UM PROGRAMA MULTIFATORIAL DE PREVENÇÃO DE QUEDAS**

Trabalho científico

Giulia Neves Lago

Monica Rodrigues Perracini

Camila A. Lima

Sergio Pacheco Paschoal

Luiz Eugênio Garcez Leme

Keith Hill

Universidade Cidade de São Paulo, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Curtin University

**PERCEÇÃO SOBRE OS FACILITADORES PARA PARTICIPAÇÃO EM UM PROGRAMA MULTIFATORIAL DE PREVENÇÃO DE QUEDAS: ENSAIO CLÍNICO PREVQUEDAS BRASILRESUMO**Objetivo: Identificar os facilitadores para adesão em um programa multifatorial de prevenção de quedas. Método: Estudo com delineamento do tipo misto, qualitativo e quantitativo, que utilizou a população de idosos do grupo intervenção do ensaio clínico multicêntrico PREVQUEDAS Brasil. A intervenção foi realizada por 12 semanas consecutivas e era composta um programa de exercícios físicos estruturados e encontros educativos. A frequência nos encontros foi levantada, e os

idosos categorizados quanto à adesão (número de encontros) &#8804;50% (6-12) ou > 50% (0-5). Dados sociodemográficos, clínicos e físico-funcionais presentes no protocolo de avaliação inicial foram utilizados para caracterizar a amostra. Comparações sobre a prevalência de facilitadores e associação destas com o nível de adesão ao programa foi realizada por meio do teste exato de Fisher, com um nível de significância de &#945; < 0,05 e distribuição bicaudal. Resultados: 218 idosos foram entrevistados, 88% mulheres, com idade média 73.2 ( $\pm$ 7.2) anos, apresentaram 4.9 ( $\pm$ 2.4) comorbidades, e compareceram, em média, a 7.8 ( $\pm$ 4.0) sessões. Ter um ambiente agradável (97.7%), receber o cuidado adequado (96.7%), ter empatia dos profissionais (96.7%), ser gratuito (95.3%) e perceber benefícios (93,5%) foram os 5 facilitadores mais citados. Pelo resultado do teste Qui-quadrado, conclui-se que os idosos que tiveram maior adesão (6+) foram os que mais relataram a percepção dos facilitadores citados. Conclusões: Os resultados sugerem que ter um ambiente agradável, receber o cuidado dos profissionais e ter empatia destes são percebidos como facilitadores para participação dos idosos em um programa multifatorial de prevenção de quedas. A análise dos facilitadores levantados permitirá que estratégias sejam elaboradas visando a utilização destes como mecanismos de abordagem em campanhas de prevenção de quedas e em recomendações para que uma linha de cuidados para prevenção de quedas em idosos no SUS possa ser desenvolvida.

## **PERFIL DA MOBILIDADE FUNCIONAL E COGNITIVA DE UM GRUPO DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS**

Alline Guaracho  
Carla Santos da Silva  
Gabriela Andrade  
Janaina Bruna da Silva  
Letícia Robb Furlan  
Nathália Noel Sales  
Juliana Aparecida Boaretto  
Rosamaria Rodrigues Garcia

1 - Acadêmico do curso de fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul – USCS

2 – Docente e orientadora do curso de fisioterapia da USCS

Introdução: O idoso institucionalizado acaba por não realizar mais suas atividades de vida diária que eram feitas ao longo dos anos, gerando sentimento de incapacidade, depressão além da fragilidade ocasionada pelo declínio cognitivo. Objetivo: Avaliar a mobilidade, equilíbrio e cognição de um grupo de idosos institucionalizados na cidade de São Paulo e elaborar proposta de atividade de manutenção da capacidade funcional. Métodos: O teste adaptado de Tinetti (POMA) foi utilizado para avaliar se havia comprometimento no equilíbrio e na marcha. O teste 10-CS foi utilizado para identificar se havia ou não comprometimento cognitivo. O protocolo de treino funcional foi elaborado a partir dos resultados obtidos na avaliação, visando contemplar a população institucionalizada e com alterações cognitivas, que geralmente é excluída dos estudos clínicos. Resultados: Foram avaliados 10 idosos, 9 eram mulheres e 1 era homem, a média de idade foi de 83,7 anos, sendo a idade máxima 102 e mínima 67 anos. Em relação ao teste de Tinetti, a média da pontuação do grupo foi 19,7, ou seja, prejuízo de 29,6% em relação ao escore máximo para equilíbrio e marcha. Em relação ao teste 10-CS, 8 idosos foram considerados com comprometimento cognitivo provável e 2 foram considerados com comprometimento cognitivo possível. O protocolo foi desenvolvido para 12 semanas, constituído de duas sessões semanais, a ser executado na própria instituição. Os objetivos foram: treino da memória, raciocínio, criatividade, aprendizado, coordenação motora, equilíbrio, orientação temporo-espacial, capacidade organizacional, estimulação somatossensorial, motricidade e expressões, a partir de músicas com diferentes ritmos. Considerando o grau de comprometimento funcional e cognitivo, foram priorizados exercícios em sedestação. Conclusão: Concluímos que o grupo avaliado possui redução da capacidade funcional, além disso, todos apresentavam declínio cognitivo. Esta condição favorece o isolamento, dificulta a manutenção de manter autoestima e da interação com pessoas do mesmo ambiente de convivência. Portanto, estratégias de atuação coletiva preventiva como a terapia com dança é considerada benéfica para esta população. O protocolo de treinamento funcional a partir da dança para idosos institucionalizados configura uma ferramenta para potencializar o atendimento fisioterapêutico integrado, visto que em geral, não há literatura consolidada quanto ao plano de cuidados para idosos com esse perfil.

## PERFIL DE ATIVIDADE HUMANA E A FUNCIONALIDADE E RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS

Trabalho científico  
Bruna Koche de Oliveira  
Natalia Mellory Borges da Silva  
Tainara do Carmo Tarcisio  
Laércio da Silva Paiva  
Fernanda Antico Benetti  
Centro Universitário Saúde ABC

Objetivo: O objetivo deste estudo foi comparar a funcionalidade e o risco de quedas com o perfil de atividade humana, em indivíduos idosos. Para tanto, foi utilizado o questionário Perfil de Atividade Humana (PAH), escala de Tinetti para avaliar a marcha e o equilíbrio dos idosos e o índice de Katz como avaliação da capacidade funcional. Metodologia: Estudo descritivo, submetido e aprovado pelo Comitê de ética do Centro Universitário Saúde ABC. Realizado no período Julho/2018 à janeiro/2019, com idosos de 60 a 80 anos no município de Santo André, do sexo masculino e feminino. Consentido a participação da pesquisa após assinatura do TCLE e orientados a preencher o questionário PAH, Índice de Katz e a realizar as atividades de acordo a Escala de marcha equilíbrio de Tinetti. Foram utilizados os seguintes critérios de exclusão: Recusa na assinatura do termo de consentimento, portadores de dispositivos auxiliares para marcha, presença de déficit cognitivo, e déficits visuais não compensadas, utilização de medicamentos que interfiram na marcha, mobilidade física e equilíbrio. Resultados: Os resultados obtidos foram analisados quantitativamente e qualitativamente segundo as respostas de 62 voluntários. A prevalência de idade dos participantes foi entre 60 a 78 anos e a maioria dos indivíduos estudados foi do sexo feminino (72,58%; n=45), idade mediana de 67 anos. Verificou-se que a maioria dos participantes são ativos (66,13%; n=41) em relação ao EMA -Escore Máximo de Atividade, já em relação ao EAA -Escore de Atividades Ajustado verificou-se que (66,13% n=41) são moderadamente ativos. Através da utilização da escala de Katz foi observado que a maioria dos participantes demonstrou-se independentes (94,4%), e verificou-se através da escala de Tinetti que a maior parte dos participantes apresentaram moderado risco de quedas (48,4%), 40,3% apresentam baixo risco de quedas e, somente 11,3% maior risco de quedas. Ao relacionar o nível de atividade e a funcionalidade, não apresenta resultados significativos pelo fato de que, 98,4% dos participantes encontram-se independentes. E a escala de Tinetti comparado ao perfil de atividade, confirma resultados significativos, que os participantes ativos ou moderadamente ativos apresentam menores riscos para quedas. Conclusão: Dessa forma, nota-se a necessidade de se ter uma estratégia de promoção de saúde, prevenção e reabilitação para que se viva mais e melhor.

## PERFIL DOS IDOSOS ACOMPANHANTES DE PACIENTES DE UMA POLICLÍNICA UNIVERSITÁRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relato de Experiência  
Elisabete Venturini Talizin  
Daiane Graciella Abegg  
UNASP - Centro Universitário Adventista de São Paulo

PERFIL DOS IDOSOS ACOMPANHANTES DE PACIENTES DE UMA POLICLÍNICA UNIVERSITÁRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA Daiane Graciella Abegg; Elisabete Venturini Talizin E-mail: elisabete.talizin@unaspedu.br Introdução: As salas de espera dos serviços de saúde oferecem um espaço oportuno para a discussão de assuntos voltados à promoção da saúde, educação em saúde e discussões sobre qualidade de vida. Objetivo: Realizar breve avaliação física e busca ativa de hipertensos, bem como orientações sobre autocuidado aos idosos acompanhantes e cuidadores dos pacientes atendidos na Policlínica Universitária. Método: Trata-se de um relato de experiência de um Projeto de Extensão Universitária realizada por 15 alunos e uma docente do Curso de graduação em Enfermagem em uma Policlínica Universitária na zona sul da cidade de São Paulo. Durante os meses de maio, junho, outubro e novembro de 2018 e abril e junho de 2019, os acompanhantes e cuidadores foram convidados a participar do projeto que constava de uma breve avaliação de saúde: aferição do peso, estatura, cálculo do Índice de Massa Corpórea (IMC), circunferência da cintura e pressão arterial. Os acompanhantes eram abordados na sala de espera e atendidos individualmente no consultório de Enfermagem. Após a breve avaliação foram orientados quanto ao resultados e estimulados a adotarem

uma alimentação saudável, prática de exercícios físicos e realizarem exames preventivos. Resultados: O projeto contou com a participação de 26 idosos, entre 60 e 82 anos, dentre eles 77% eram acompanhantes de pacientes, a maioria eram homens (58%). Destes, 69% referiu ser portador de Hipertensão Arterial Sistêmica e 11% de Diabetes mellitus, 11% eram tabagistas e 92% faziam uso de medicamentos contínuos. Durante a avaliação de saúde foram identificados 11 participantes (42%) com a PA&#8805; 140 X 90 mmHg, 10 (38%) com sobrepeso, segundo a escala de classificação de IMC para idosos da OMS, além disso, 19 participantes apresentaram circunferência abdominal acima do ideal, totalizando 73% da amostra. Aqueles que apresentaram alteração nos parâmetros foram orientados sobre o estilo de vida e riscos aos quais estavam expostos. Conclusão: Este projeto permitiu avaliar o perfil de saúde dos idosos que acompanhavam pacientes na Policlínica Universitária, promover ações de cuidado para este grupo, além de proporcionar interação entre os acadêmicos de Enfermagem e os idosos. Palavras-chave: Cuidadores, Educação em Saúde, Assistência de Enfermagem, Idosos.

## **PERFIL DOS IDOSOS ATENDIDOS NO PROGRAMA DE ACOMPANHANTES DE IDOSOS MOOCA**

Trabalho científico

Lilian de Fatima Costa Faria

Viviane Pereira Batista

Ana Maria Peres Silva

Adriana Pinelli

Silvana Feitosa de Oliveira

Silvana Rocha Santana

Centro Social Nossa Senhora do Bom Parto

Objetivo: Analisar o perfil epidemiológico dos pacientes atendidos no Programa de acompanhante de idosos Mooca- PAI Mooca, analisando o grau de dependência funcional, a complexidade de cuidados e as principais patologias desta população. O PAI é um programa de assistência de saúde e social à idosos que apresentam algum grau de perda da capacidade funcional e vulnerabilidade social. Seguindo critérios de inclusão e alta monitorados pela Secretaria Municipal de Saúde, são atendidos no programa 120 idosos por equipe através de visitas domiciliares e programações que possibilitam inclusão social e educação em saúde e ambiental para promoção de saúde e prevenção de agravos. Metodologia: Realizado estudo transversal através do levantamento de prontuário no mês de setembro de 2019 de todos os 120 pacientes assistidos pela equipe do PAI Mooca. As variáveis analisadas foram: gênero, idade, avaliação multidimensional da pessoa idosa na Atenção Básica (AMPI-AB) para definir o grau de funcionalidade, grau de complexidade dos cuidados, presença ou não de cuidador e patologias mais prevalentes nesta população. Resultados: A idade dos pacientes variou entre 62 e 99 anos, com prevalência maior de idade na faixa dos 80 a 89 anos (50 pacientes- 41,6%) seguido da faixa etária dos 70 a 79 anos (42 pacientes- 35%). O gênero feminino é predominantemente maior com 99 mulheres (82,5%) e 21 homens (17,5%). Quanto a avaliação da capacidade funcional pela AMPI-AB temos 83 idosos Frágeis (69,2%), 26 pré-frágeis (21,6%) e 11 saudáveis (9,2%). Destes pacientes 57 pacientes (47,5%) contam com a ajuda de outro idoso em seus cuidados em algum período do dia. As principais patologias encontradas foram as doenças degenerativas cardiovasculares (90%) - HAS, arritmias e cardiopatias, doenças cerebrovasculares e de comprometimento cognitivo (38,3%) - sequelas de Acidente vascular encefálico e síndromes demenciais. Doenças osteoarticulares (57,5%) - osteoartrose e osteoporose. Depressão (32,5%) e diabetes mellitus (30%). Conclusão: O perfil do paciente assistido pelo Programa de Acompanhante de idosos é predominantemente do sexo feminino, na faixa etária dos 80 a 90 anos, com importante comprometimento da capacidade funcional necessitando de um cuidador em algum período do dia. As principais patologias que acometem esta população são as doenças degenerativas cardíaco e cerebrovasculares, osteoarticulares e alterações de cognição e humor.

## **PERSPECTIVA DO HOMEM IDOSO, PARTICIPANTE DE UM CONCURSO DE BELEZA, SOBRE SAÚDE.**

Relato de Experiência

Ana Gabriela Trindade de Assis; Letícia Beatriz Silva dos Santos

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes”

Caracterização do problema: Vários estudos apontam que, em geral, boas práticas e cuidados em saúde é realizado em sua maioria pelo sexo feminino, sendo assim, acredita-se que o cuidado não é visto como uma prática masculina. Diante de construções sociais que impõe papéis de gêneros, nota-se os reflexos nas atitudes diante da própria saúde. Com o processo do envelhecimento algumas perdas são esperadas, sendo necessárias ações ao longo da vida para um envelhecimento saudável. O entendimento da visão dessa população sobre saúde e qualidade de vida mostra-se importante para a abordagem em promoção a saúde de homens idosos. Descrição: Participaram da atividade 25 homens idosos, com idade média de 71 anos, finalistas do concurso Mister e participantes da ação educativa sobre velhice saudável, realizado por uma equipe multiprofissional especializado em Gerontologia, de um ambulatório de atenção secundária de saúde da zona leste de São Paulo. Foram divididos em 5 grupos com 5 integrantes cada, na proposta de recortar, em revistas e jornais, palavras e imagens que representassem para eles, após discussão direcionada por fisioterapeutas, saúde, qualidade de vida e envelhecimento saudável. Os materiais produzidos e apresentados por cada grupo, foram cartazes contendo em sua maioria as palavras: prática de exercício físico, alimentação saudável, lazer e felicidade. E entre as imagens recortadas que mais apareceram coladas nos cartazes, estão: família, lazer e viagens, boa alimentação, exercício físico e cuidados com a saúde. Lições Aprendidas: O ambiente descontraído e acolhedor, incentivou a conversa sobre diversos tabus criados em relação ao envelhecimento, masculinidade e saúde. Durante a discussão entre os grupos, foi expressa a importância da manutenção da boa aparência na velhice correlacionando com felicidade e bem estar físico e mental, enfatizando o cuidado interno e externo do corpo e a prática de exercícios físicos, relatado como práticas realizadas pela maioria dos participantes, sendo assim uma motivação para uma vida melhor e longa. A visão que os idosos participantes têm sobre saúde evidencia a preocupação com o cuidado do corpo e o conhecimento de todos os aspectos para uma boa qualidade de vida, acreditando assim na interação entre a participação no concurso e a compreensão sobre saúde. Recomendações: Conhecer e compreender a perspectiva do homem idoso, sobre saúde e a relação entre envelhecimento saudável e qualidade de vida, é fundamental para que os profissionais de saúde incentivem uma maior participação dos homens idosos em ações educativas em saúde, e para que possam atuar da melhor forma na prevenção e na promoção à saúde.

## **PRÁTICAS CORPORAIS COMO POSSIBILIDADE DE INTEGRAÇÃO ENTRE O CONVIVER E O CENTRO DIA EM PRAIA GRANDE-SP**

Relato de Experiência

Alessandro Demel Lotti

Dimas Ramirez

Secretaria de Assistência Social e Secretaria de Saúde Pública de Praia Grande

**CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA:** O Centro Dia do Idoso é um programa vinculado à Secretaria de Assistência Social do município destinado a pessoas com mais de 60 anos cujas famílias não tenham disponibilidade para prover cuidados em período diurno, mas que ao mesmo tempo não almejam internar seus idosos em instituições de longa permanência. Esses serviços funcionam dentro de quatro unidades do programa Conviver – centros de convivência para pessoas com mais de 50 anos. Busca-se em ambos programas prevenir e enfrentar o isolamento social, condição esta que se agrava com o envelhecer e causa sofrimento. No Centro Dia do bairro Villa São Jorge estão inscritos 10 idosos que frequentam o serviço diariamente das 8 às 17 horas. Há a proposta de inseri-los em práticas corporais e culturais, porém isso acontecia de forma isolada, limitando a interação com os demais frequentadores do Conviver. Em 2017, o Centro Especializado em Reabilitação do município passou a encaminhar pacientes com restrições de movimentos para os Conviver e Academia da Saúde – programa de atividade física e saúde vinculado à Secretaria de Saúde Pública de Praia Grande. Essa nova demanda nos levou a buscar uma forma de atender este novo público. **DESCRIÇÃO:** Os profissionais de Educação Física das duas instituições já atuavam em parceria com atividades para os idosos Centro Dia. Consideramos naquele momento que a abertura desta turma para participantes externos seria uma possibilidade para contemplar os encaminhados da reabilitação com mais de 50 anos. Essa abertura permitiu também atender idosos na fila de espera por vagas do Centro Dia e demais participantes do Conviver que necessitassem se inserir em alguma atividade de menor intensidade. Em cada encontro são propostas práticas corporais, podendo utilizar equipamentos como bastões, bolas e halteres, além de música. Sempre buscamos o recurso das atividades lúdicas, principalmente pela possibilidade de convivência e troca entre os participantes que estas produzem. Partimos da proposta de envelhecimento ativo da Organização mundial da Saúde, que

considera a participação contínua em questões sociais, econômicas, culturais, esportivas e civis formas conferir qualidade de vida às pessoas na medida em que envelhecem. Como estratégia de acessibilidade, cada um, ao longo dos encontros foi adquirindo autonomia para usar uma cadeira nos momentos de desequilíbrio, dor ou cansaço. Isso permitiu inclusive a participação de pessoas cadeirantes. LIÇÕES APRENDIDAS E RECOMENDAÇÕES: Ao adaptar e ampliar o acesso conseguimos abarcar um público que teriam dificuldade para inserir-se nas demais modalidades do Conviver ou da Academia da Saúde. A proposta de atividades lúdicas permitiu novas experiências. Os integrantes do Centro Dia puderam interagir com outras pessoas, construindo novos círculos de amizade, diminuindo expressivamente a separação deles com relação às demais atividades do Conviver, representando inclusive a diminuição do tempo na sala de TV.

## **PROGRAMA VEM DANÇAR: UMA POLÍTICA PÚBLICA PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL**

Relato de Experiência

Dineia Mendes de Araujo Cardoso

Maria Luiza da Silva

Carlos Alberto Cardoso Filho

Secretaria Municipal de Esportes e Lazer da Cidade de São Paulo; Laboratório de Biomecânica da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo

Cerca de 70% dos idosos no Brasil são sedentários. Sabe-se que o sedentarismo quando associado com as mudanças fisiológicas que ocorrem com o processo natural de envelhecimento interferem significativamente na capacidade funcional do idoso, diminuindo sua qualidade de vida. Por outro lado, a prática regular de exercícios físicos somada com um estilo de vida ativo é uma excelente estratégia para a manutenção da capacidade funcional e melhoria da saúde durante o processo de envelhecimento. A prática da dança vem se mostrando como uma interessante ferramenta para a promoção de exercício físico para o público idoso, principalmente por se tratar de uma atividade com boa aceitação e que pode trazer significativos benefícios à saúde. Diante deste cenário, a Secretaria Municipal de Esportes e Lazer da Cidade de São Paulo proporciona o Programa Vem Dançar. Trata-se de uma política pública, iniciada no ano de 2007, destinada ao público idoso e que pretende, através do prazer da dança, massificar a prática de atividade física nos momentos de lazer desta população. O Programa promove bailes de dança com duração média de 4 horas, e contam com apresentação musical ao vivo. São oferecidos estilos variados dentre os quais se destacam: samba, pagode, axé, forró, MPB, e os ritmos populares dos anos 50, 60, 70, 80 e 90. Os bailes do Vem Dançar têm como meta servir como porta de entrada para a prática da dança, através da apresentação dessa forma de exercício físico para aqueles que ainda não conhecem, e também ser um meio para sociabilização e manutenção da prática da dança para aqueles que já o fazem de forma regular em seus clubes esportivos ou núcleos de dança. O público alvo é composto, predominantemente, por idosos matriculados nos 44 Centros Educacionais e Esportivos da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer, bem como idosos convidados. Os bailes são temáticos e os participantes são estimulados a customizar as vestimentas para cada evento, de modo que exerçam sua criatividade e imaginação. O Programa já realizou 104 bailes, atendendo cerca de 210 mil idosos na cidade de São Paulo. Obteve-se uma média de 2000 idosos participantes por evento ao longo dos anos e tal número se manteve com pouca oscilação desde 2007. Destaca-se, inclusive, que todos os eventos tiveram sua capacidade máxima de lotação atingida. Tais resultados sugerem uma boa adesão e aderência ao programa, e corroboram com o que sugere a literatura de que a dança possui boa aceitação entre os idosos. Diante dos resultados obtidos ao longo dos 13 anos de realização do Programa Vem Dançar, que evidenciam uma expressiva participação e aceitação dos idosos, identifica-se que utilizar a dança pode ser uma excelente estratégia para a promoção e aumento nos níveis de atividade física do público idoso. Desta forma, recomenda-se que a dança seja considerada por profissionais da saúde quando a intenção for a de promover melhoria na qualidade de vida e redução nos níveis de sedentarismo

## **PROGRAMAS E SERVIÇOS DE PROTEÇÃO SOCIAL AO IDOSO EM PRAIA GRANDE-SP: OLHAR DAS POLÍTICAS PÚBLICAS**

Trabalho científico

Alessandro Demel Lotti

Rosamaria Rodrigues Garcia

Secretaria de Assistência Social da Prefeitura de Praia Grande - SP / Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"

**OBJETIVO:** Apresentar e caracterizar os programas e serviços de proteção social do idoso em Praia Grande. **MÉTODO:** Pesquisa qualitativa descritiva a partir de documentos da Secretaria de Assistência Social (SEAS) e dos conteúdos informativos presentes nos canais de mídia da prefeitura. **RESULTADOS:** A Proteção Social é uma abordagem que busca garantir meios de proteger e enfrentar situações de vulnerabilidade e risco social. O município de Praia Grande, reconhecido por seu valoroso empenho no cuidado e qualidade de vida das pessoas idosas dispõe de programas especializados à proteção social desta população – Conviver, Centro Dia do Idoso e Lar São Francisco de Assis – que abarcam idosos e pessoas em processo de envelhecimento de diferentes perfis para prevenir o isolamento social, promovendo espaços de convivência. O Programa Conviver consiste em nove centros de convivência destinados a pessoas a partir de 50 anos. O acesso a cada unidade é dado por procura espontânea do próprio munícipe, ou por encaminhamento da rede socioassistencial. Em cada unidade são desenvolvidas atividades de práticas corporais, esportivas e culturais, ministradas por profissionais de educação física concursados pela prefeitura, ou por voluntários. Os Centro Dia do Idoso funcionam dentro de quatro das unidades Conviver. Promove acolhimento e convivência de idosos semidependentes cujas famílias não tenham condições de prover cuidado durante o dia, mas que ao mesmo tempo não querem interná-los. Há o direcionamento para a promoção da autonomia, inclusão social e melhoria da qualidade de vida dos participantes. Os idosos recebem alimentação, cuidados e higiene, podendo também participar de oficinas culturais e atividades de práticas corporais. O Lar São Francisco de Assis é uma Instituição de Longa Permanência para Idosos sem família, ou que a família não possua condições de cuidar. Os internos são estimulados a realizarem passeios, atividades religiosas, festas, além de o local contar com um mini zoológico. Apenas um número limitado de idosos recebe visita regular, pois a maior parte se encontra em situação de abandono, alguns com severas restrições de mobilidade, até mesmo acamados. Há estímulo para que a população faça visitas à instituição. **CONCLUSÃO:** A importância de investir em políticas de assistência social para idosos parte do pressuposto de que o exercício da cidadania e a manutenção dos direitos são caros a um envelhecimento digno. O envelhecer circunscreve-se de diversas formas, havendo variadas formas de riscos e vulnerabilidades sociais são efetivadas por este processo. Verifica-se a importância de toda uma rede de proteção social específica a essa população. Os programas apresentados atuam no enfrentamento do isolamento social, seja na prevenção com o Conviver ou mesmo na reintegração, com o Centro Dia e Lar São Francisco de Assis. O fortalecimento de vínculos, o estímulo ao envelhecimento ativo e a participação são características marcantes dessas instituições.

## **PROJETO PILOTO: TÉCNICA DE DINÂMICA EM GRUPO DE HOMENS NA CAMPANHA NOVEMBRO AZUL – AÇÕES EDUCATIVAS**

Relato de Experiência

CHRISTIANE TALITA TEIXEIRA

ANDIARA MENEZES DA SILVA

ANDREA APARECIDA DA FONSECA MONTEIRO

JOANA DARC RICARDO DOS SANTOS

MARCIA MAIUMI FUKUJIMA

AME IDOSO SUDESTE|PROJETO PILOTO: TÉCNICA DE DINÂMICA EM GRUPO DE HOMENS NA CAMPANHA NOVEMBRO AZUL – AÇÕES EDUCATIVAS. Autores: Teixeira, CT.; Silva, AM.; Monteiro, AAF.; Santos, JDR.; Fukujima, MM. **CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA:** No Brasil, o câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens; em ambos os sexos, é o segundo tipo mais comum. É apontado ainda, como um câncer de idosos, cerca de 75% dos casos no mundo ocorrem a partir dos 65 anos. Em análise da demanda por recurso do AME Idoso Sudeste para retorno na urologia identificamos vinte e três idosos com seguimento urológico interrompido que não estavam comparecendo no ambulatório. **DESCRIÇÃO:** agendamento para avaliação como medida de oferecer orientações educativas, sobre o risco e medidas de prevenção do câncer de próstata em atenção a campanha Novembro Azul. Compareceram para a atividade 10 idosos do total de 23 convocados. As atividades desenvolvidas em um período, foram baseadas na prevenção, sinais e sintomas e diagnóstico do câncer de próstata. Inicialmente o atendimento se deu através da discussão em grupo, onde idosos foram orientados sobre o tema e ao final aberto espaço para troca de experiências entre os participantes. Os idosos foram

atendidos individualmente pela enfermeira que aplicou o “International Consultation on Incontinence Questionnaire – Short Form” (ICIQ-SF) avaliou os resultados dos exames apresentados de rastreio, incluindo perguntas sobre sinais e sintomas do câncer de próstata. As avaliações evidenciaram que 30% dos idosos atendidos no grupo haviam realizado exame preventivo em algum momento da vida. Dos casos atendidos 20% relataram episódios de hematúria (01 caso: cálculo renal e 01 ITU), 30% disseram que notaram a diminuição do jato de urina. Em seguida avaliados exames de PSA e USG de próstata, posteriormente agendamento com urologista para seguimento dos casos. Não houve evidência de neoplasia nos casos acompanhados. LIÇÕES APRENDIDAS: A técnica de grupo piloto promoveu interação dos pacientes e valorosa troca de experiências. Evidenciamos a importância das ações de educação em saúde, fortalecendo o vínculo entre os profissionais e a comunidade. RECOMENDAÇÕES: Incentivar a realização de grupos compostos por homens, como estratégia na melhoria de adesão ao seguimento, visto que idosos se sentiram mais à vontade em debater o tema entre participantes do mesmo gênero. Incentivar a continuação deste trabalho com o objetivo de avanço contínuo no gerenciamento dos casos, atendendo a demanda interna visando evitar agravos preveníveis e garantir a satisfação do paciente e seu familiar/cuidador diante ao atendimento recebido. Incluir a atuação dos demais profissionais que podem contribuir para melhoria do tratamento proposto. DESCRITORES: Idoso, avaliação, próstata, prevenção. REFERÊNCIAS: <https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-prostata>. <http://repositorio.unicamp.br/jspui/handle/REPOSIP/17560>. Acesso em 04/10/2019 às 13:00h

## PROMOÇÃO A SAÚDE E EDUCAÇÃO DE IDOSOS DA COMUNIDADE

Trabalho científico

Denise Philomene Joseph van Aanholt

Nara Lopes

Maria Carolina Gonçalves Dias

Robson Freitas de Moura

Claudia Satiko Takemura Matsuba

Luciana Mitsue Sakano Niwa

Suely Itsuko Ciosak

EEUSP, BRASPEN

Objetivo: avaliar os idosos na comunidade, com 60 e mais quanto ao risco nutricional, risco de sarcopenia e disfagia, além de analisar o estado funcional e de autonomia para realização das atividades de vida diária. Metodologia: estudo quantitativo descritivo realizado durante um dia do congresso Brasileiro de nutrição Parenteral e Enteral BRASPEN em Brasília, no ano de 2015, em parceria com a Prefeitura local, universidades e a UNIMED local. Foi uma ação desenvolvida pelo comitê de nutrição da BRASPEN, no qual todos os idosos com 60+ anos que passaram pelas imediações foram convidados a participar. Houve também auxílio da mídia local da cidade divulgando este projeto. Foram montadas estações de atendimento em um espaço público externo, autorizado pelos governantes locais. Cada estação realizava uma medida ou coleta de dados por uma equipe interdisciplinar, composta por nutricionistas, fonoaudiólogos, enfermeiros, fisioterapeutas e médicos, para atender os objetivos, sendo elas: 1- Estação Boas Vindas para informar o idoso sobre a coleta dos dados e solicitar autorização de sua participação através de assinatura de um TCLE; 2- coleta de dados antropométricos (peso e altura) + avaliação da pressão arterial e aplicação do índice de KATZ; 3- aplicação MNA forma reduzida para análise do risco nutricional e medida da circunferência da panturrilha; 4- realização da força de preensão palmar com dinamômetro; 5- aplicação SARC-F para verificar risco de sarcopenia + teste de quatro metros para analisar funcionalidade; 6- análise do risco de disfagia pelo Eating assessment tool e 7- orientação geral de uma alimentação saudável e melhorar estilo de vida. Resultados: Dos 75 idosos que participaram da ação, 52% eram do sexo feminino, com média de idade de 71 anos (idade mínima 60 e máxima 89 anos). Em relação ao risco nutricional, 14,7% apresentaram risco nutricional e destes 18% eram desnutridos. Analisando força muscular, 22% dos idosos apresentaram baixa força pela dinamometria, 22% dos idosos eram risco de sarcopenia e apenas um idoso foi classificado com sarcopenia grave. A maioria estavam com a capacidade funcional preservada e poucos apresentaram problemas de deglutição. Conclusão: A ação foi produtiva, os idosos se beneficiaram dos testes, conhecendo seu estado atual em relação a desnutrição e sarcopenia. Todos os idosos receberam o resultado dos testes realizados e um panfleto educativo com informações de alimentação saudável. Nos casos onde cabia um encaminhamento para atenção básica, este foi feito com auxílio da equipe de Brasília. Pelo sucesso alcançado, a ação de



comunidade com idosos tem como objetivo se realizar em outros congressos BRASPEN visando obter dados multicêntricos.

## **QUANDO SE DESCOBRE UM CELULAR E UM TABLET ..... A TECNOLOGIA E A PESSOA IDOSA**

Relato de Experiência

Sueli D'Amico Maria

Silvia Elena de Oliveira Vieira

Ana Maria Peres Silva

Centro Social Nossa Senhora do Bom Parto – Bompar

**Caracterização do Problema:** Durante as visitas domiciliares das Acompanhantes de Idosos do Programa Acompanhante de Idosos PAI Bompar, parceria do Centro Social Nossa Senhora do Bom Parto-Bompar e Secretaria Municipal de Saúde de São Paulo, iniciada em 2.006 com o Pai Mooca e em 2.007 com o Pai Bertioga, são explorados os interesses e vivências de cada pessoa atendida. Em 2.018 conversando com os idosos, uma acompanhante do Pai Bertioga descobriu a curiosidade dos mesmos em conhecer novas tecnologias, como as usadas em celulares. Surgiu então a idéia de não só mostrar o seu próprio celular, mas também o seu tablet e fone de ouvido. **Descrição:** Iniciou-se um projeto visando a utilização de celular e tablet manuseados individualmente, durante a visita, pelas pessoas idosas que manifestaram esse interesse. Essa utilização incluiu a apresentação de jogos, vídeos, músicas, fotos e outras oportunidades de exploração da tecnologia. Foram realizados os registros desses momentos com fotos da pessoa idosa utilizando os aparelhos e verbalmente sobre suas impressões, com a oportunidade de conversas sobre a comunicação antes da era dos celulares, lembrando de sua vida como era, como imaginou que seria e como é hoje. Esse projeto foi divulgado para toda a equipe durante o momento mensal de Educação Permanente realizado com as duas equipes, Pai Mooca e Pai Bertioga. Como resultado foi observado o aumento da motivação durante a visita e a acompanhante exercitando a criatividade. Impressões positivas foram referidas pelos idosos acerca da evolução tecnológica. **Lições Aprendidas:** Este projeto valorizou a escuta do interesse da pessoa idosa, proporcionou um estímulo a memória, aproximou-a de uma temática atual que é a tecnologia, e ofereceu um momento de aprendizagem e ludicidade. **Depoimento da Acompanhante que realizou o projeto:** “Trouxe-me ainda mais motivação diária nas minhas visitas, ajudá-los não somente com remédios e consultas, mas sim com seus interesses e com estimulação da memória. Alguns sempre querem aprender algo novo. Comecei com jogos de memória, como cartas, desenhos, cores, dominó. Tive a idéia de utilizar o celular com músicas, iniciando com uma das idosas atendidas portadora de deficiência visual. Logo surgiu a necessidade de um idoso que gostaria de aprender a costurar, coloquei vídeos sobre aula de costura, e ele ficou muito entusiasmado com essa possibilidade em um aparelho tão pequeno. Resolvi inovar levando meu tablet, o que foi uma novidade, pois achavam que nunca iriam ver um de perto. Todos ficaram felizes”. **Recomendações:** Expansão com a divulgação para outras acompanhantes. Sugestão de aquisição de tablets para serem rodiziados entre as acompanhantes. A continuidade deste projeto se mostrou extremamente importante ao se descobrir que é um desejo da maioria de nossos atendidos, até mesmo daqueles que não usam rotineiramente o celular, e descobrem novas utilidades para seus aparelhos.

## **RELATO DE ESTRUTURAÇÃO, COORDENAÇÃO E DOCÊNCIA NOS GRUPOS DA MATURIDADE**

Relato de Experiência

Vânia Conrado Barcelos

Eva Regina Marinho do Valle

Lucila Marina Decoussau Machado

Luci Anne Côrtes

Guilherme Côrtes Costa

Colégio Octagon - Objetivo Unidade Moema

**Caracterização do problema:** Estudos comportamentais concluíram que pessoas de cinquenta anos e mais não deveriam ficar sem a participação social, este é o principal motivo para frequentar uma “faculdade” da maturidade entre outros: curiosidade, diferentes desafios, criação de novos vínculos, reinvenção e ressignificação da vida. **Descrição:** Criamos, nessas “faculdades”, um espaço de encontro com três pilares

básicos: saúde, cultura e lazer. Nele propomos a atualização e expansão dos conhecimentos com ênfase na construção das relações, da solidariedade e da amizade. É um espaço de encontro entre pensamento, sentimento e trabalho comprometido com a liberdade de expressão, a confiança e a troca de experiências. Um espaço capaz de reconhecer e conviver com a diversidade, valorizando a singularidade e a diferença em contraposição à massificação; reconhecemos as histórias de vida e o contexto sócio cultural. A faixa etária atendida é a partir de 50 anos e, em grande maioria, mulheres. O encontro acontece duas vezes por semana, à tarde. Há também as atividades externas. Lições aprendidas: A importância dos aspectos preventivos para a manutenção da qualidade de vida. A velhice é a fase de incluir, reconhecer e valorizar todos os nossos aspectos essenciais que não foram integrados de maneira adequada à nossa experiência. É a fase de ampliar a consciência. Juntos, descobrimos formas para aliviar as tensões e cargas. Na velhice buscamos o que é autêntico, simples e significativo. Novos olhares e significados sobre outras etapas da vida. Autocuidado e autoconhecimento neste novo contexto. Revolução interior. Liberdade e imaginação. Oportunidades e novas escolhas. Novas histórias e caminhos, relacionamentos mais maduros e duradouros. Alegria de viver: novas ideias, entusiasmo e desafios, trazendo um novo significado para a experiência diária. Generosidade e gratidão, virtudes da vida. Hábitos e flexibilidade. Repensando velhas teorias. Portanto, há nos grupos, o rompimento do confinamento social e cultural através das vivências de criação e expressão. Descubrem-se poetas, escritores, contadores de histórias. O desejo de partilhar a vida potencializa aprendizagens mais significativas. O olhar não foca apenas nas faltas e dificuldades, enxerga recursos, talentos e facilidades. Recomendações: Há que ter cuidado com o corpo docente, professores tem que ser capacitados e sensíveis a esta faixa etária. Sabemos que conhecer envolve além do pensamento lógico racional, o afeto, a emoção e a ação, daí as reflexões e análise dos papéis e das atitudes trazendo maior compreensão e aceitação promovendo possíveis ressignificações do “fazer” nessa fase da vida. O importante é o nível de consciência que colocamos no que fazemos. Surgem pistas, através das estratégias, para que no processo constante de autoconhecimento a sensibilidade, a intuição e a dimensão espiritual afluam. O futuro como proposta, diante dele, somos construtores e os responsáveis por fazer a obra bem feita.

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA DO IMPACTO CAUSADO PELA PARTICIPAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS EM UMA ILPI.**

Relato de Experiência

Áurea Emi Ota

ILPI

Relato de experiência do impacto causado pela participação de voluntários em uma ILPI. Áurea Emi Ota – psicóloga SEPS Lar. A SEPS Lar dos vovôs e vovozinhas é uma instituição filantrópica sem fins lucrativos que atende 70 idosos em situação de moradia (36 masculinos e 34 femininos), localizada na cidade de Londrina – Paraná. Por se tratar de uma instituição filantrópica, os recursos são mais restritos. Contudo, com a participação da comunidade, é possível realizar ações que tem trazido grandes benefícios à população atendida. Desde 2016, teve início o Projeto Amor em Pelo que consiste em visitas semanais de um cão acompanhado pelo dono. Os cães são previamente avaliados pela veterinária responsável pelo projeto. É imprescindível que seja vacinado e muito dócil, uma vez que alguns idosos não enxergam e podem tocar de modo mais brusco. A raça do cão não tem relevância para a participação. A visita é sempre acompanhada pela psicóloga ou fisioterapeuta da instituição com o intuito de realizar estimulações quanto aos aspectos motores, cognitivos e sociais. Todo trabalho é realizado por voluntários, pessoas da comunidade que têm interesse na causa animal e se identificam com idosos. Em 2017 teve início o Projeto Arterapia Solidária, que é formado por um grupo de voluntários com habilidades ligadas à arte que realiza atividades mensalmente. Dentre elas, estão pinturas, artesanatos, roda de viola, dia da beleza onde profissionais reúnem-se para corte de cabelo. Também são parceiros na realização de sonhos e em datas comemorativas como festas, almoços entre outros. Um dos destaques está nas oficinas de música que são realizadas inclusive com idosos acamados (no leito) ou com Alzheimer (já foi observado idoso pouco comunicativo ou com discursos desconexos voltando a cantar). Nestas oficinas, a psicóloga investiga com os próprios idosos ou familiares músicas que eles gostam de ouvir. Essa proximidade tem sido benéfica afetiva e cognitivamente. O impacto da presença de voluntários, na vida diária dos idosos, oferece também o sentimento de pertinência. Como disse um dos idosos: “Com tantos lugares para ir, vocês NOS escolheram”. Com a participação dos parceiros, tem sido possível desmistificar a visão de abandono muitas vezes associada às ILPIs. A instituição adota através da equipe multiprofissional, a

filosofia de que ali não existe ninguém abandonado. Foram todos acolhidos e são cuidados pela equipe. Além disso, também facilita na questão da limitação de recursos financeiros pois a ajuda humana em si já trás a possibilidade de maiores ações. A principal recomendação a ser observada nesses tipos de trabalho é a importância da escolha dos voluntários envolvidos. É fundamental que estes tenham um comprometimento com a instituição no intuito de seguir as normas estabelecidas pela mesma, resguardando a imagem dos idosos que não possuem autorização de divulgação de imagens.

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA; BENEFÍCIOS À SAÚDE DO IDOSO ATENDIDOS EM GRUPO POR EQUIPE MULTIDISCIPLINAR.**

Relato de Experiência

Carla Lopes Bacanieski

Anna Paula Campos

Ana Cristina Rufino

Karen Nunes

APS Santa Marcelina|ProblematizaçãoConsiderando os arranjos familiares dos idosos que atendemos no serviço, percebe-se que os mesmos na sua grande maioria não possuem o hábito de frequentar espaços de convivência, sendo único e exclusivamente seus afazeres voltado para sua família, em muitos casos nem a esta se sentem pertencentes, seja pela segregação familiar ou por falecimentos, levando ao isolamento social de muitos idosos, com as fragilidades inerentes ao processo do envelhecimento os mesmos não conseguem acessar os espaços de convivências ofertados no entorno de sua residência.Segundo Yalom & Leszcz (2006), no grupo ocorre a troca de experiência de diferentes formas de existências e como estas são vivenciadas pelos sujeitos do grupo, promove inquietações que provocam mudanças em seu cotidiano, tanto para as pessoas atendidas como para o profissional devido a horizontalidade dos saberes.DescriçãoPercebemos que o atendimento em grupos aos idosos é de suma importância para o fortalecimento das potencialidades individuais, autocuidado, autoestima e autonomia.Atuando no tratamento e no cuidado de problemas associados ao envelhecimento, a URSI (Unidade de Referência a Saúde do Idoso) busca garantir a atenção integral à saúde do idoso. Para tal, o atendimento é realizado por uma equipe multiprofissional através de terapias individuais e em grupos, ações preventivas e de promoção à saúde com foco na assistência Lições aprendidasIdentificação e percepção dos benefícios e potencialidades dos atendimentos em grupo como estratégia de socialização de trabalho na atenção a saúde do idoso na URSI. Recomendações Os grupos, por meio da didática aplicada pela equipe multiprofissional, apresentam evoluções satisfatórias em relação aos idosos e aos familiares / cuidadores e suas questões funcionais, físicas e emocionais. Essa socialização permite a percepção das semelhanças a suas condições físicas, psíquicas e motoras entre os idosos, bem como, a aceitação de seu estado e suas limitações, proporcionando o sentimento de proficiência, melhor vínculo com sua comunidade, familiares e cuidadores. Os grupos destinados aos familiares/cuidadores proporcionam orientações sobre o cuidado e autocuidado, compreendendo e associando as questões relacionadas as fragilidades e finitude inerentes ao processo do envelhecimento. Outro prospecto apresentado foram as devolutivas quanto a diminuição do estresse do cuidador. Trazendo assim, maior leveza, reestabelecendo vínculos e melhor consciência física, emocional e funcional de idosos e familiares/cuidadores. Percebemos que os benefícios dos atendimentos em grupos potencializa a reinserção social, protagonismo do idoso, construção de vínculo, coresponsabilidade do cuidado, melhora de sua qualidade de vida e de suas relações familiares. Referências Bibliográficas:Yalom ID, Leszcz M. Group psychotherapy: theory and practice. Porto Alegre: Artes Médicas; 2006.

## **RISCO NUTRICIONAL E A SUA RELAÇÃO COM O DESFECHO HOSPITALAR E O TEMPO DE INTERNAÇÃO EM IDOSOS;**

Trabalho científico

Giulianna Sacino Ribeiro

Kelly Cristina Araujo Estrela

Giovanna Peixoto Barreto

Juliana Alexandre Pinto

Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP

**Objetivo:** Associar a presença do risco nutricional com o desfecho hospitalar e o tempo de internação em idosos internados em uma unidade de Pneumologia. **Métodos:** Estudo de caráter transversal, prospectivo, realizado com pacientes idosos com distúrbios respiratórios clínicos e cirúrgicos, internados em uma unidade de Pneumologia de um hospital universitário da cidade de São Paulo, a partir de uma amostra de conveniência. O instrumento de triagem do risco nutricional utilizado foi o Nutritional Risk Screening (NRS-2002), sendo este risco detectado em até 72 horas após a admissão hospitalar. Foram avaliadas variáveis sociodemográficas, antropométricas e de internação (risco nutricional, tempo de permanência e desfecho hospitalar). O desfecho hospitalar foi definido em duas categorias: favorável, quando o paciente apresentou alta hospitalar para casa ou outra unidade de internação e, desfavorável, quando o mesmo evoluiu a óbito. Já o tempo de internação foi definido em: curto (até 7 dias), médio (de 8 a 15 dias) e longo (> 16 dias). Para análise estatística de associação das variáveis categóricas, utilizou-se o teste qui-quadrado ( $\chi^2$ ) e o teste exato de Fisher, assumindo como significância estatística  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** Foram estudados 101 pacientes com idade média de  $69,8 \pm 7,8$  anos, sendo a maioria da amostra composta por mulheres (52,5%). Do total, 55,7% ( $n=54$ ) eram tabagistas ou ex-tabagistas. No que se refere ao estado nutricional, a maioria apresentou eutrofia (40,5%), seguido de excesso de peso (34,3%) e baixo peso (30,3%) conforme Índice de Massa Corporal. De acordo com NRS-2002, 38,6% ( $n=39$ ) dos idosos apresentavam risco nutricional, verificando-se associação estatisticamente significativa entre risco nutricional e desfecho hospitalar ( $p=0,008$ ), onde a maioria dos pacientes com desfecho desfavorável (66,7%) apresentavam risco. Também houve associação significativa entre desfecho hospitalar e tempo de internação ( $p=0,002$ ), sendo que quanto maior o período de hospitalização pior o desfecho clínico. **Conclusão:** Detectar o risco nutricional dos idosos precocemente, através de instrumentos de triagem, direcionando a terapia nutricional mais adequada é imprescindível uma vez que o risco se relaciona diretamente com o estado nutricional, o maior tempo de internação e o desfecho hospitalar desfavorável.

## **SENSIBILIZANDO A ATENÇÃO BÁSICA AO CUIDADO DA PESSOA IDOSA**

Relato de Experiência

Arlene Kely da Silva Condé

Camila Alves Bertolla

Renata Toledano Moro

Claudia Lucena Paschotto

Jucelina Leopoldina de Oliveira

Daisy Cristina Z Barreiros Archila

Jefferson Rodrigo Encarnação

Ricardo Augusto Rotter Montibeller

Prefeitura do Município de São Paulo

Devido ao acelerado processo de envelhecimento da população faz-se necessárias políticas públicas voltadas às especificidades da população idosa. A equipe da Unidade de Referência de Saúde do Idoso (URSI) de São Mateus realizou matriciamentos nas Unidades Básicas de Saúde dos distritos de São Mateus, São Rafael e Iguatemi. Foi proposta uma vivência através da sensibilização e conscientização das equipes da atenção básica do território possibilitar ao profissional de saúde uma reflexão das condições da pessoa idosa para realização das atividades de vida diária, com o objetivo de despertar o olhar gerontológico e aprimorar o atendimento a esta população. Para a sensibilização os profissionais foram paramentados com óculos especiais, ataduras de crepe nos joelhos, caneleiras de 01 quilo, algodão nos ouvidos, luvas e receberam uma bola pequena cada, simulando alterações diversas da acuidade visual, redução da mobilidade, rigidez e perda de força dos membros inferiores, redução da acuidade auditiva e alteração da sensibilidade tátil. A atividade proposta foi a realização de um percurso sinuoso, com dupla tarefa e de difícil deambulação com o uso de cones, bambolês e escadaria, permanecendo com toda a paramentação a fim de simular a condição funcional do idoso na realização de suas atividades de vida diária. Em seguida dez bexigas infladas foram lançadas e deveriam ser mantidas no ar pelos integrantes que foram retirados aos poucos e sobrecarregando os demais a manterem todas as bexigas em movimento. Ao final as bexigas foram estouradas e cada uma continha uma atividade rotineira realizada pelos idosos como: fazer almoço, ir ao mercado, marcar consulta na UBS, ir a feira, buscar o neto na escola, entre outras. Ao término da atividade foi realizado um momento de reflexão no qual os participantes expuseram as sensações na realização das tarefas e a percepção das dificuldades e da sobrecarga da população idosa no cotidiano, acarretando uma mudança de atitude para o cuidado ao

idoso. Consideramos importante que essa atividade seja multiplicada para todos os profissionais de saúde atuantes na atenção básica, afim de aprimorar o atendimento as necessidades específicas dos idosos.

## **SEXUALIDADE E SUA RELAÇÃO COM DADOS DEMOGRÁFICOS NA VELHICE: UMA ANÁLISE DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM BAILE DA TERCEIRA IDADE**

Trabalho científico

Luana Cristina Alves de Alencar

Claudia de Oliveira

Sheila Borges

Universidade Santa Cecília

Sexualidade e sua relação com dados demográficos na velhice: uma análise de idosos frequentadores de um baile da terceira idade. **Resumo:** Objetivo: Avaliar a sexualidade e sua relação com dados demográficos em pessoas idosas frequentadoras do Baile da terceira idade no município de Santos/SP. Métodos: Estudo transversal, com 50 idosos participantes de um baile oferecidos aos domingos, pela prefeitura de Santos, na Fonte do Sapó (em frente à praia da Aparecida). Os idosos foram avaliados por meio do Questionário sobre sexualidade na terceira idade (QSTI), sendo analisadas no presente estudo, as questões sobre a importância do sexo na juventude e na atualidade, a satisfação do sexo na atualidade e o quanto se considera ativo sexualmente no momento. Para cada questão a pontuação pode variar entre zero (menor avaliação) e 10 (melhor) auto avaliação da sexualidade. A análise descritiva é apresentada nos resultados por meio de média±DP, frequência absoluta (n) e relativa (%), mediana (mínima-máxima). Utilizamos o teste de correlação de Spearman. Resultados: A idade média foi de 72±6,2 anos, sendo mais da metade do sexo masculino (n=31; 62%), casados (n=27;54%), praticantes de exercício físico (n=27;54%). Os idosos apresentaram uma mediana de 8 (7-10) pontos sobre a importância de sexualidade na juventude, mediana de 5 (1-7) sobre a importância do sexo na atualidade, mediana de 3 (1-6) sobre satisfação sexual no momento e mediana de 2 (0-6) sobre estar ativo na atualidade. Houve uma correlação positiva do sexo (os homens apresentaram maior pontuação) com todas as questões avaliadas (p<0,05), bem como relação negativa com a opção viúvo(a) e positiva com a opção casado(a) em relação aos estado civil, nas questões relacionadas a satisfação e estar ativo sexualmente na atualidade (p<0,05). As variáveis idade e estado civil solteiro(a) não apresentaram relação com nenhuma variável sobre sexualidade. Conclusão: Os idosos consideraram o sexo muito importante na juventude, relatando uma menor importância, uma baixa satisfação e atividade sexual na atualidade. A satisfação sexual apresentou relação positiva com o sexo masculino e estado civil casado e pior satisfação em situação de viuvez.

## **SIMULAÇÃO REALÍSTICA E TREINAMENTO: CUIDADO COM BOAS PRÁTICAS NA HIGIENE ÍNTIMA DE IDOSOS.**

Trabalho científico

PAULO MACHADO RODRIGUES

VALERIA ALVES DE SOUZA CARVALHO

ROSÂNGELA CLAUDIA NOVEMBRE

SUELY ITSUKO CIOSEK

IZIS VANESSA APARIS DOS SANTOS

SIMONE ISIDORO PRADO

ANDREIA MARIA MINUTTI DE ALMEIDA

DAVID RAFAEL DOS SANTOS

HOSPITAL SANTA CATARINA

**OBJETIVO:** Identificar pontos de melhoria na realização da higiene íntima em idosos; treinar e fortalecer boas práticas na assistência de enfermagem aos pacientes em uso de fralda; reduzir eventos de infecção urinária relacionado a higiene íntima. **METODOLOGIA:** Foi realizado um treinamento no período: 18/02 a 28/02/2019 na Unidade de Clínica Médica Geriátrica do 3ºA no Hospital Santa Catarina um treinamento com simulação realística com carga horária de 21 horas com abordagem individual para técnicos e enfermeiros, totalizando 42 colaboradores. Disponibilizamos 01 apartamento com materiais necessários para montagem do laboratório de simulação realística em parceria com CCIH e o setor de treinamento e desenvolvimento. Elaboramos um instrumento para avaliar boas práticas na assistência de enfermagem com foco na higiene íntima e utilização correta dessa técnica em idosos do sexo masculino e feminino. O

problema simulado foi um acionamento de campanha para que a equipe de enfermagem fosse comunicada que o paciente havia evacuado e estava com fezes na fralda. Tratava-se de um idoso frágil que evolui há um dia com hiperemia em região genital. Após esta etapa o técnico ou enfermeiro que prestava a assistência era avaliado para observação de quebra de barreiras com relação à higienização das mãos, disponibilização adequada do material, posicionamento correto do paciente no leito, manobras corretas com as partes genitais para ambos os sexos. Após este momento o profissional que havia prestado a assistência era avaliado e corrigido em tempo real por um observador ( enfermeiro ) que realizava todos os registros de dados e caso fosse necessário fazia a correção em tempo real. RESULTADOS: Do total de 42 profissionais, 17% não realizavam lavagem correta das mãos e já calçavam as luvas para iniciar o procedimento, 52 % realizou troca de luvas sem higienizar as mãos. Para higiene íntima feminina 55% da equipe ( enfermeiros e técnicos ) realizou a técnica correta, já para a higiene masculina somente 45% da equipe realizou de forma correta. Com a simulação realística atingimos 94% da equipe de enfermagem pois 6% da equipe estavam ausentes devido período de férias. CONCLUSÕES: Se faz necessário seguimento dos cinco momentos da higiene das mãos, técnica de higienização correta das mãos, realização correta de higiene íntima para ambos os sexos, uso de material adequado no procedimento, trabalho de educação continuada para equipe de enfermagem, repasse e atualização de protocolo sobre higiene íntima pela enfermeira e especialista de pele da Instituição, acompanhamento e supervisão programada para toda a equipe de enfermagem em todos os turnos.

## **SUPORTE SOCIAL, UMA VARIÁVEL IMPORTANTE NA SAÚDE DA PESSOA IDOSA.**

Relato de Experiência

Maria Luiza Franco Garcia

Secretaria de Saúde

Caracterização do Problema Conforme prevê o Programa de Metas da Cidade de São Paulo 2017-2020, e o projeto “Cidade Amiga do Idoso”, o rápido envelhecimento populacional aponta necessidades de avaliação, diagnóstico, reorganização da atenção e implementação de ações efetivas, para suprir as necessidades sociais e de saúde da população idosa. Descrição Considerando o resultado da Avaliação Multidimensional da Pessoa Idosa (AMPI), foi possível delinear o perfil de vulnerabilidade social e fragilidade física dos usuários das UBS, do Programa de acompanhante de Idosos (PAI) e Centros Dia para idosos (CDI), quais apontam necessidade de acompanhamento para o desenvolvimento das atividades da vida diária (AVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD), bem como o suporte familiar e social. A STS junto com a SAS de Guaianases fortaleceu as ações para o mapeamento de cada serviço da rede da assistência ao suporte social do idoso no território, os serviços da rede de saúde que servirão de apoio, referência ou retaguarda para as demandas de saúde dos idosos. Após foi planejado, conjuntamente, com cada gerente, por UBS, a Equipe da Atenção à Saúde da Pessoa Idosa (EASPI), o fluxo da atenção à saúde frente às necessidades sociais, com as linhas de cuidado necessárias, a fim de atender as demandas de saúde e sociais de cada idoso cadastrado nos equipamentos sócio sanitários, estabelecendo as responsabilidades, deveres e competências de cada parte. Lições Aprendidas Pode-se notar ao longo dos anos a melhoria na integração do serviço sócio sanitário com a Rede de Atenção à Saúde (RAS) do território, para promoção de ações de prevenção de doenças e agravos, educação em saúde e monitoramento de doenças crônicas, além do matriciamento dos serviços. Foi possível o planejamento das UBS, PAI e STS para visitas técnicas nos equipamentos sócios sanitários, em especial ao Centro Dia do Idoso (CDI) e o Núcleo de Convivência do Idoso (NCI), para ações de avaliação em saúde, apoio terapêutico, vigilância em saúde e matriciamento. Recomendações Foi observada a necessidade da elaboração do protocolo de atuação conjunta, com apoio da SMS e SMADS para os serviços sócios sanitários de Guaianases e demais referências, estabelecer critérios de monitoramento das ações de saúde nos serviços sócio sanitários, capacitação contínua dos profissionais que atuam na Atenção Básica, bem como propiciar espaços de discussão dos casos para elaboração de planos de cuidados ao idoso a partir do conhecimento das necessidades de saúde desta população, segundo o grau de fragilidade e articulação de atividades intersetoriais e intersecretariais para a ampliação da Rede de Atenção à Saúde da Pessoa Idosa (RASPI) no território.

## **TRANSIÇÃO DO CUIDADO NA FISIOTERAPIA – EXPERIÊNCIA EXITOSA NA GRADUAÇÃO**

Bruno Ruocco Verengue  
Gustavo Ruas de Almeida  
Leonardo Ruan Vicente Guilhermino  
Maria Luisa Garcia Novelli  
Marcela Scarranarro  
Matheus Leite Praça  
Naiara Santiago Sousa  
Nathália Noel Sales  
Sabrina de Souza Pimente  
Carla Dellabarba Petricelli  
Rosamaria Rodrigues Garcia  
Juliana Aparecida Boaretto

Introdução: Sabe-se do papel do exercício físico como um dos elementos decisivos para a aquisição e manutenção da saúde, da aptidão física, na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis, do bem-estar e boa qualidade de vida em pessoas idosas. Objetivo: Analisar os encaminhamentos de dois grupos terapêuticos atendidos na clínica escola de fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS). Métodos: Trata-se de um estudo observacional da guia médica dos prontuários de dois grupos de exercícios para idosos atendidos no Estágio de Fisioterapia em Saúde Coletiva, considerados um grupo com leve redução na capacidade funcional e outro com maior redução, denominados respectivamente “Grupo Joelho 1 e Grupo Joelho 2”. Resultados: O Grupo 1 foi composto por 6 mulheres (média de idade foi de 71,8 anos, sendo a idade máxima de 80 e mínima de 65 anos), os principais diagnósticos médicos que trouxeram estas à fisioterapia foi, osteoartrose em joelhos, sarcopenia e lombalgia. Das 6 pacientes, 5 iniciaram o tratamento no setor de saúde coletiva e 1 foi encaminhada do setor de ortopedia. O Grupo Joelho 2 foi composto por 6 mulheres e 1 homem (média de idade foi de 75,7 anos, sendo a idade máxima de 81 e mínima de 69 anos), os principais diagnósticos médicos que trouxeram estes à fisioterapia foi, neuropatia periférica de membros inferiores, acidente vascular encefálico, hidrocefalia, artrose de joelhos, sarcopenia. Dos 7 pacientes, 4 iniciaram tratamento no setor de neurologia, 1 no setor de ortopedia e 2 na saúde coletiva, portanto, 5 (71%) pacientes foram encaminhados para o Grupo Joelho 2 de outros setores da clínica quando cessou-se as queixas funcionais principais. Conclusão: O Grupo Joelho 2 com maior redução da capacidade funcional, foi composto em sua maioria por pacientes encaminhados de outros setores da própria clínica escola de fisioterapia, que alcançaram melhora do quadro clínico. Para os alunos (estagiários de fisioterapia) a melhor opção seria a alta do setor de origem seguida de encaminhamento para uma atividade de manutenção do quadro clínico. Em vistas de alguns possuírem dificuldade motora e maior instabilidade postural, os exercícios em grupo de forma controlada na Saúde Coletiva apresentavam boas condições para estes pacientes continuarem ativos dentro de um modelo de saúde biopsicossocial com exercícios voltados a promoção da saúde e prevenção de agravos.

## **TREINAMENTO EM PRIMEIROS SOCORROS DA POPULAÇÃO IDOSA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Relato de Experiência  
Felipe Santos Marques|Ariella da Rosa Mesquita|Jéssica Kubinski Conti|Carolina Nóvoa Fernandes  
Monise Moreno de Freitas  
Universidade São Judas Tadeu

A população brasileira está em trajetória de envelhecimento e até 2060, segundo dados do IBGE (2018), o percentual de pessoas com mais de 65 anos passará dos atuais 9,2% para 25,5%. Atualmente são 43,2 crianças de até 14 anos para cada grupo de 100 idosos com 65 anos ou mais (CORDEIRO, P; MARTINS M). Em 2022, o índice subirá para 51% superando os 100% em 2039, o que indicará que o país passará a ter mais idosos do que crianças. Com esse crescimento abrupto, alteracões na convivência social envolvendo mercado de trabalho e previdência, cuidados e serviços de saúde serão afetados (SCOLARI, GAS; RISSARDO, LK; BALDISSERA, VDA; CARREIRA, L). Diante deste panorama, nós graduandos de Enfermagem de uma Universidade privada da cidade de São Paulo e monitores de Técnicas de Simulação Realística, em

parceria com o projeto de extensão do SENAC para a Vida Ativa, ministramos para um grupo de idosos, em junho de 2019, uma oficina com aula expositiva sobre cuidados em situações de emergência abordando os temas de Acidente Vascular Cerebral (AVC), Manobra de Desengasgo, Infarto do miocárdio e Suporte Básico de Vida (BLS) e treinamento destes cuidados em simuladores. O presente relato foi realizado com seis idosos na faixa etária entre 65 a 82 anos, um homem e cinco mulheres, com escolaridade de ensino superior completo. A aula expositiva teve duração aproximada de 60 minutos. Logo após, os idosos treinaram em simuladores de média e alta complexidade, como identificar uma situação de emergência; como pedir ajuda; o que fazer para minimizar a situação emergencial; e algumas técnicas como a manobra de desobstrução de vias aéreas, e manobras de Ressuscitação Cardiopulmonar (RCP) para leigos. A técnica de simulação realística permitiu que os idosos pudessem colocar em prática o conhecimento adquirido na aula teórica. Os participantes se sentiram confiantes e determinados em executar as manobras e aparentaram uma feição positiva após as atividades. Pelo fato da maioria dos participantes não usufruírem tanto da tecnologia, inicialmente o uso do simulador causou um certo receio, que logo fora esquecido com a euforia de lidarem com algo bem próximo da realidade. Por meio desta experiência foi possível constatar os benefícios da simulação realística como ferramenta metodológica de aprendizado, na educação em saúde dos idosos. Sendo assim, a utilização desta técnica deve ser ampliada neste tipo de atividade.

## **TREINO COGNITIVO EM IDOSOS: A IMPORTÂNCIA DO RESGATE DE MEMÓRIAS PARA A PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA**

Relato de Experiência

Luciana de Carvalho Zuzarte

Leticia Beatriz Silva dos Santos

Rosamaria Rodrigues Garcia

Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia - José Ermírio de Moraes

Caracterização do problema: O processo de envelhecimento traz consigo construções sociais sobre o que é ser velho, associando o idoso à invalidez e inutilidade, anulando suas histórias, lembranças e autonomia, transformando assim a velhice em algo a ser rejeitado. O grupo Lembrarte se apresenta como uma proposta para resgatar as lembranças de idosos a partir de suas histórias, com intuito de proporcionar estimulação cognitiva para manutenção e melhora de memória. Através de diferentes tipos de atividades que envolvam arte, estas lembranças são representadas e trabalhadas com os integrantes. Descrição: O grupo foi desenvolvido semanalmente, totalizando 10 encontros, em um equipamento de saúde da atenção secundária. Foram aplicados instrumentos de avaliação de memória, estado emocional, qualidade de vida e socialização, além de coleta de informações registradas em diário de campo para análise quali-quantitativa. Durante os encontros, foram realizados treinos de memória em um ambiente que proporcionou conversas com trocas de recordações e histórias entre as participantes. Lições aprendidas: Participaram 26 idosas, com idade média de 73 anos. Quanto à escolaridade, 9 estudaram de 1 a 4 anos, 4 de 5 a 8 anos e 2 não letrados, os demais acima de 8 anos. Criação de novas amizades, melhora e manutenção de memória e aprendizagem estiveram entre as expectativas das idosas. Foram elaborados treinos cognitivos com relatos das brincadeiras de infância, paródias sobre o envelhecer, fotografias antigas pessoais, objetos e músicas com valor afetivo. Assim, foi possível um compartilhamento de lembranças, criando espaço para identificação e valorização das histórias e das trajetórias de vida. Ao longo dos encontros, observou-se maior integração do grupo, criação de vínculos em ambiente terapêutico e acolhedor, que proporcionou lazer, estimulação da memória e aprendizagem, e fortalecimento da rede de apoio, além de relatos sobre a satisfação em ser pertencente ao grupo. A utilização da própria história do idoso, de suas realizações e sonhos como meio para treino de memória coloca o idoso em evidência e como protagonista de sua saúde. Recomendações: A arte pode ser instrumento para estimulação de memória, auxiliando na prevenção de alterações cognitivas, além de ser um meio atrativo para resgate de lembranças, proporcionando oportunidades para um envelhecimento ativo.

## **UPCARE: TECNOLOGIA DO CUIDADO SEM A PERDA DO FATOR HUMANO**

Relato de Experiência



Celso Kenji Ishii  
Luciana Mitsue Sakano Niwa  
Suely Itsuko Ciosak  
Upcare, EEUSP Upcare, EEUSP

Caracterização do problema: A maioria dos idosos dependentes são cuidados em casa. Cônjuges e filhos são os principais cuidadores, exercendo essa atividade sem recebimento de auxílio financeiro, treinamento e desempenhando esse papel de forma solitária. Como consequência, essa relação acaba gerando sofrimento, adoecimento e vulnerabilidade para ambos. Quanto maior a dependência dos idosos, maior tempo requerido para o cuidado, menor tempo para si e maior sobrecarga do cuidador. Diante do exposto, as famílias com idosos dependentes encontra-se desamparadas e ficam perdidas pois muitas vezes não sabem onde procurar ajuda e quais serviços e profissionais poderiam ajudar. A experiência em cuidar do pai, conhecer outras famílias passando pela mesma situação e pelo apreço a tecnologia foram os fatores motivadores da startup Upcare. Descrição: A Upcare é uma plataforma que conecta quem procura por cuidadores, profissionais e serviços voltados a pessoa idosa, considerando a humanização. A busca em proporcionar o melhor cuidado, com qualidade e custo compatível, aliado ao interesse por tecnologia, levou-nos a participar de Hackathons, onde surgiu a ideia de sua elaboração. Posteriormente, participamos de pré-aceleração, mentoria e workshop, eventos fundamentais para a construção e validação da startup. Lições apreendidas: A startup Upcare, foi estabelecida como pequena empresa e ficou online a partir de 2017. A sua construção foi baseada na experiência pela busca de cuidadores que atendessem aos requisitos de atender com competência técnica, eficiência, responsabilidade, compromisso e principalmente o aspecto de humanização. Posteriormente outras funcionalidades foram agregadas a plataforma como: busca avançada, profissionais, serviços, treino cognitivo, atividades sociais, avaliação global entre outras. Desde então, tem auxiliado muitos idosos e seus familiares na busca de profissionais e serviços voltados para questões do envelhecimento, com custo compatível ao orçamento familiar. No ano de 2019 entrou em processo de aceleração com a empresa Ativen. Recomendações: Criar uma startup foi uma experiência marcada por sonhos, euforia e ao mesmo tempo, desafiadora por atender as necessidades e pressões que foram surgindo, como a sinergia da equipe mínima. Considerando a facilidade da startup em conectar profissionais e serviços às demandas de pessoas idosas e seus familiares, verificamos melhorias na acessibilidade e usabilidade e, principalmente, satisfação tanto dos idosos e seus familiares, como dos profissionais de saúde e empresas, envolvidas no cuidado.

## UTILIZAÇÃO DO REIKI COMO TERAPIA INTEGRATIVA NO TRATAMENTO DE DORES CRÔNICAS

Trabalho científico  
Bethânia Moraes da Silva  
Ana Paula Bacha de Oliveira  
Centro Universitário do Sul de Minas, UNIS/MG

Objetivo: Estima-se que a dor crônica seja uma das principais causas de incapacidade, podendo prejudicar as pessoas na realização das atividades diárias. A dor crônica é considerada uma crise de saúde pública devido à sua alta prevalência e ao impacto negativo que causa na vida dos indivíduos. A maioria dos estudos epidemiológicos mostra maior prevalência de dor crônica com o aumento da idade. A busca do ser humano por recursos que atendam suas necessidades no âmbito da saúde, levou à implementação de políticas públicas, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, onde terapias complementares foram ofertadas à sociedade. Dentre elas, o Reiki, que consiste em uma técnica natural transmite energia através da imposição das mãos, visando harmonizar, repor, manter ou recuperar a saúde, atuando no alívio da dor e aumentar a sensação de bem-estar do indivíduo. Assim, esse estudo tem o objetivo de analisar a relação entre a aplicação do Reiki e a melhora no quadro de dor crônica. Metodologia: Este estudo consiste em 10 sessões de aplicação de Reiki, com duração de 40 minutos cada, em atendimentos domiciliares com 3 voluntários (com 60, 64 e 67 anos) na comunidade, na cidade de Varginha – MG. Antes e após os atendimentos, foram utilizados, para avaliar o nível de percepção da dor dos pacientes, o Inventário Breve da Dor (DAUT, CLEELAND et al, 1983), o Questionário da Dor McGill (MELZACK, 1975); ainda para mensurar a dor, foi utilizada a Escala Visual Analógica (EVA), mas esta, antes e depois de cada atendimento. Foram mensurados também, parâmetros fisiológicos como: temperatura corporal, pressão arterial, frequência cardíaca e respiratória, saturação de

oxigênio antes e depois de cada sessão, para avaliar se há alterações fisiológicas provenientes da aplicação do Reiki. Resultados: Conforme a Escala Visual Analógica (EVA), a percepção da dor relatada, teve uma redução de 80% a 100% ao fim do tratamento, sendo que em 57% dos atendimentos, houve uma percepção de melhora no decorrer do atendimento. Quanto aos parâmetros fisiológicos, foram observadas variações tanto de redução quanto de aumento, prevalecendo diminuição da frequência cardíaca e respiratória e discreto aumento da pressão arterial, saturação de oxigênio e temperatura corporal. O questionário Inventário Breve da Dor, evidenciou a diminuição da dor, melhorando a capacidade de realizar suas atividades rotineiras e trabalho, assim como interferiu positivamente na qualidade do sono. O Questionário de McGill pôde evidenciar envolvimento de aspectos sensitivos, afetivos, avaliativos e mistos na interpretação da dor antes do tratamento. Após o tratamento, só um paciente apontou fatores avaliativos e sensoriais, os demais, já não se identificavam com nenhuma forma de dor. Conclusão: O Reiki parece ser efetivo no alívio da dor, entretanto, é importante que haja mais pesquisas para que seja reforçada a evidência da sua eficácia no combate a dor e melhoria da qualidade de vida.

## **VAMOS ÀS COMPRAS! TREINO DE ATIVIDADE INSTRUMENTAL DE VIDA DIÁRIA NO SUPERMERCADO COM IDOSOS**

Relato de Experiência

Gabriela Fiorone Cheque de Campos

Flávia Lorenz Zar

Priscila Barbosa

APS - Santa Marcelina

Caracterização do Problema - Na Unidade Básica de Saúde (UBS) Drº Thésio Ventura, localizada no bairro de São Miguel extremo leste de São Paulo, é realizado o Grupo De Estimulação Cognitiva, coordenado pela Terapeuta Ocupacional e Fonoaudióloga do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF), destinado à população idosa com classificação segundo a Avaliação Multidimensional da Pessoa idosa na Atenção Básica (AMPI/AB) Saudável ou Pré-Frágil e/ou com queixas de esquecimentos. Os objetivos do grupo são estimular as funções cognitivas através de exercícios cognitivos, atividades manuais, música e de lazer; estimular a independência e autonomia nas Atividades de Vida Diária (AVD's), a socialização e a melhora da qualidade de vida. Foi realizado treino de compras para estimular as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD's), os idosos apresentaram dificuldades em memorizar a lista, fazer as compras e realizar o pagamento. Para dar continuidade ao treino, foi proposta essa mesma atividade no supermercado. Descrição - Participaram do treino onze idosos, a atividade foi dividida em dois momentos: compras e o pagamento. Foi distribuída uma lista com dez itens para cada idoso, porém diferente do treino na UBS, esta estava organizada com os itens divididos por categorias, porém sem informar aos idosos da organização da mesma. O treino no supermercado teve a duração de duas horas, subdividido em memorizar a lista, compras, conferir os produtos e pagamento no caixa. Na semana anterior ao treino, o grupo elaborou uma lista de compras com dez itens em cada uma das cinco categorias: alimentos em conserva, cereais, guloseimas, produtos de higiene pessoal e de limpeza. No término realizou-se uma discussão junto aos idosos para pontuarem as dificuldades, facilidades e as estratégias utilizadas para memorizar a lista. Lições Aprendidas - Na discussão os idosos pontuaram que conseguiram memorizar melhor a lista do que no treino realizado na UBS, porém somente quatro associaram essa melhora com a organização da lista; duas idosas relataram que memorizaram a lista por ordem alfabética e os demais memorizaram por repetição. As dificuldades foram relacionadas ao extenso espaço físico do supermercado, as abordagens dos propagandistas, conferir o troco com valores quebrados e o nervosismo para lembrar a lista. Foram realizadas orientações quanto a importância de elaborar a lista de compras de forma organizada, levar sempre a lista às compras, pegar todos produtos e conferir antes de ir ao caixa e conferir o troco ao pagar. Recomendações - As queixas de memória estão cada vez mais frequentes nos idosos interferindo não só no desempenho nas AIVD's, mas também na qualidade de vida, pois estão ficando cada vez mais dependentes de auxílio para realizar as mesmas. Recomenda-se que sejam mais frequentes os treinos nas AIVD's na atenção básica e que haja mais propostas direcionadas para a independência e autonomia dos idosos.

## VERIFICAÇÃO DOS FATORES SOCIOECONÔMICOS, DEMOGRÁFICAS E SOCIOCULTURAIS NA SAÚDE DO IDOSO

Trabalho científico

Paula Nunes Cordeiro Soares

Amanda Aparecida Maia da Silva

Bibiana Simões Veloso

Milena da Silva Lemos

Gislene Gomes da Silva

Patrícia Martins Franciulli

Universidade São Judas Tadeu

Objetivo: Verificar o perfil socioeconômico, demográfico e sociocultural de idosos e suas implicações na saúde dos mesmos. Metodologia: Estudo aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade São Judas Tadeu. Participaram 38 idosos voluntários ( $73,74 \pm 7,38$  anos). Os mesmos passaram pela avaliação geriátrica ampla, onde colheram-se dados como: escolaridade, situação conjugal, ocupação laboral, renda e local de residência; religião e participação em atividades sociais. Foram incluídos indivíduos de ambos os gêneros; com idade  $\geq 60$  anos; que não apresentassem patologias incapacitantes e com cognitivo preservado. Resultados: Amostra composta por 65,79% de mulheres, sendo a faixa etária de maior prevalência a de 70 a 79 anos (42,10%). Quanto à escolaridade, 42,10% dos participantes possuem o ensino fundamental, 21,05% o ensino médio e 15,78% o ensino superior. Já quanto à ocupação, 63,15% da amostra é aposentada e 42,10% é aposentada com outra ocupação, dado esse relevante, visto que a permanência no mercado de trabalho é relacionada a maiores taxas de escolaridade, assim como a trabalhos mais qualificados. Logo, o desemprego é um fator associado a piores condições de saúde e maiores taxas de mortalidade, além de hipertensão arterial, consumo de álcool, cigarro e de sintomas psiquiátricos. Na amostra, 50% dos indivíduos são casados e 26,31% são viúvos. Conforme pesquisas, idosos em relação conjugal ou que são casados sugerem menor chance de limitação funcional. Do mais, 88,84% dos idosos residem com familiares e somente 13,15% residem sozinhos. O fato de residir sozinho pode ser protetor para o a independência do indivíduo, sobretudo quando há condições financeiras e aptidão física para tal. Porém, é preciso observar hábitos de vida e condições de moradia dos idosos, colaborando para a não ocorrência de acidentes que culminem em dependências. Referente às moradias, 47,36% dos idosos moram em casas com sobrados e 34,21% são residentes de casas térreas. Estudos mostram que superfícies escorregadias, irregulares, mal iluminadas e com objetos nas áreas de circulação são fatores de risco para quedas. Ademais, 65,79% da amostra é composta por pessoas católicas e 21,05% evangélicas. Independente da religião, destaca-se a religiosidade do indivíduo como fator de contribuição para a manutenção e promoção do bem-estar do idoso. Em relação à participação em atividades sociais, apenas 34,21% afirmam participar. Assim, sugere-se que a vida social contribui para diminuição das chances de apresentar depressão, retardamento da perda de memória, agindo como fator protetor para o declínio funcional. Conclusão: Dado que cada ser humano é único, evidencia-se a importância de olhar o indivíduo de forma holística, visando compreender os aspectos que tangem sua existência e as consequências geradas em sua saúde.