

ORIENTAÇÕES DE SAÚDE AOS IDOSOS PORTADORES DE HIPERTENSÃO E DIABETES

José Augusto de Sousa Rodrigues¹, Caroline Gomes da Silva¹, Ângela Alves de Oliveira¹,
Manuella Gonçalves de Andrade¹, Luiz Jardelino de Lacerda Neto²

O envelhecimento é um processo complexo e diversificado que abrange vários fatores: ambientais, sociais, genéticos, psicológicos e culturais; seu resultado inevitável é a morte. Nesse contexto, várias políticas públicas vêm sendo desenvolvidas ao longo dos anos para que esse processo natural da vida seja o mais confortável e prazeroso possível para os idosos, fazendo com que eles alcancem a longevidade de uma maneira saudável e ativa com independência e autonomia. Essa população é crescente no Brasil e com isso aumenta também os casos de doenças crônicas como o diabetes mellitus e a hipertensão arterial, patologias causadas a partir de distúrbios fisiológicos que ocorrem mediante a combinação do processo de envelhecimento com o estilo de vida sedentário que os idosos tendem a desenvolver. Com base nesses princípios o projeto teve como principais objetivos o desenvolvimento de práticas educativas que incentivassem os idosos participantes a desenvolver um estilo de vida ativo, bem como alcançar o controle pressórico adequado e os níveis glicêmicos normais. O trabalho foi desenvolvido com a participação de alunos de enfermagem do CFP/UFCG da cidade de Cajazeiras e foi realizado no Posto de Atenção Primária à saúde- PAPS/CFP/UFCG, localizado no bairro Casas Populares da cidade supracitada, tendo como público alvo os idosos portadores de hipertensão e diabetes que fazem parte do programa Hiperdia. Como metodologia, foi trabalhado em um primeiro momento um planejamento das atividades com estudos teóricos e discussões sobre a temática, sendo a partir desse momento, desenvolvidas pelos alunos cartilhas com informações sobre as patologias, dando ênfase em como elas ocorrem, seu desenvolvimento e como preveni-las. Após a distribuição das cartilhas foi feito um momento de conversa com os idosos para favorecer a troca de conhecimentos entre os participantes do projeto. Em encontros subsequentes, foram utilizados panfletos com informações sobre alimentação saudável, importância da atividade física e um tira dúvidas sobre os tratamentos medicamentosos utilizados. Os encontros sempre aconteciam no PAPS/CFP/UFCG nos dias destinados ao Hiperdia, onde os idosos compareciam com maior frequência para realizarem os exames de rotina, e a partir desse

¹ aluno do curso de Enfermagem, bolsista, joseaugustoat41@gmail.com; aluna do curso de enfermagem, voluntária, carol33silva@gmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, biocel2015.1@hotmail.com; aluna do curso de enfermagem, voluntária, manuella_andrade@hotmail.com,

² coordenador, luizjardelino@gmail.com

momento era possível estabelecer um diálogo com esse grupo. No que se refere à população alvo do projeto, o mesmo foi de grande importância, pois trouxe aos idosos maiores informações sobre as suas patologias e de uma maneira mais didática e compreensível, o que ajuda no tratamento e prevenção das complicações que podem surgir quando não tratadas de maneira correta, possibilitando aos idosos um melhor conhecimento sobre o seu estado de saúde. Para os extensionistas, o desenvolvimento do projeto possibilitou uma melhor interação com a população e uma contribuição para a vida, tanto acadêmica, como profissional de cada um, sendo esse tipo de atividade de significativa importância para o ensino acadêmico, que a partir da educação e saúde contribui relevantemente para melhorias no estado de saúde da população no qual a universidade está inserida, fortalecendo vínculos.

Palavras-chave: diabetes mellitus, educação em saúde, hipertensão, idoso

¹ aluno do curso de Enfermagem, bolsista, joseaugustocat41@gmail.com; aluna do curso de enfermagem, voluntária, carol33silva@gmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, biocel2015.1@hotmail.com; aluna do curso de enfermagem, voluntária, manuella_andrade@hotmail.com,
² coordenador, luizjardelino@gmail.com