

Área Temática: Saúde

## **PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: UMA PROPOSTA DE ATENÇÃO INTERDISCIPLINAR**

Maria Jeanny de Albuquerque<sup>1</sup>, Bruna Alves<sup>1</sup>, Mário Hélio Antunes Pamplona<sup>1</sup>, Nayane da Silva Souza<sup>1</sup>, Elaine Cristina Tomás da Silva<sup>1</sup>, Erlane Aguiar Feitosa de Freitas<sup>2</sup>.

O envelhecimento populacional é um fenômeno significativo, mostrando um crescimento elevado da população idosa comparado a outros grupos etários. O aumento dessa população, e o conhecimento acumulado acerca dos benefícios da prática frequente de atividades físicas para um envelhecimento ativo, tornou-se atualmente uma preocupação que motiva e instiga grande quantidade de estudos nesse sentido. O projeto foi realizado com a colaboração de professores, funcionários colaboradores e alunos do Curso de Enfermagem, todos do CFP/UFCG, tendo desempenhado atividades com grupo de idosos que residem na Zona Norte da cidade de Cajazeiras, incluindo os bairros: Populares, onde localiza-se o Campus da UFCG, bairro São José, Mutirão, Pio X e Sol Nascente, abrangendo por volta de 267 idosos, com o objetivo de realizar atividades de Promoção da Saúde, atividades físicas, orientação nutricional, terapia em grupo, orientação de higiene corporal e saúde bucal, e por fim, atividades de recreação e lazer, onde teve-se a possibilidade da promoção de confraternizações internas como São João e festa Natalina, e confraternização externa, na qual tivemos uma manhã de lazer na piscina do Clube Campestre Cajazeirense. Com o intuito de impedir a desistência dos idosos, a equipe do projeto em momento algum parou suas atividades (greve, paralisações, recesso e férias). Existe um zelo muito grande com os idosos do projeto, daí a razão pela qual sempre fazemos visitas domiciliares. Esse projeto tem exposto ao longo desse tempo de vigência uma grande importância social e acadêmica, considerando a sua relevância para o aumento da funcionalidade, autonomia, inclusão social e conseqüentemente melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: atividades físicas, hábitos, idosos, lazer, saúde

---

<sup>1</sup> Aluna do Curso de Enfermagem, bolsista, jeanny\_albuquerque@hotmail.com; Aluna do Curso de Enfermagem, bolsista, brunaalves0117@gmail.com; Aluno do Curso de Enfermagem, voluntário, mario-helio@hotmail.com; Aluna do Curso de Enfermagem, voluntária, nayanecicero@hotmail.com; Aluna do Curso de Enfermagem, voluntária, elainetomas34@gmail.com;

<sup>2</sup> Coordenadora, lana-ff@bol.com.br