

LongeVIDAde: promoção de saúde e envelhecimento ativo de idosos comunitários por meio da extensão universitária

Bruna Cristina de Jesus Alves, Eliane Viana Cardoso, Gabriella de Carvalho Leocadio, Thaísa Carneiro Silva Gutierrez, Estefânia Maria Soares Pereira, Suraya Gomes Novais Shimano

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

E-mail do autor principal: brunacdejesusalves@gmail.com

Eixo VI: Saúde

O Programa Longevidade é um programa de extensão desenvolvido em uma Unidade Básica de Saúde de Uberaba/MG pelos residentes do 2º ano da Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, composto por enfermeiros, fisioterapeutas e nutricionistas. Os projetos pertencentes ao programa têm como objetivo promover saúde e envelhecimento ativo entre os adultos e idosos cadastrados na área de abrangência da unidade. O programa realiza encontros semanais com prática orientada de exercícios físicos, rodas de conversa e atividades educativas em saúde voltadas à promoção do autocuidado e à prevenção de agravos. Também são desenvolvidas ações temáticas vinculadas ao calendário do Ministério da Saúde, como campanhas sobre Setembro Amarelo, Outubro Rosa e Novembro Azul. Além das atividades regulares, o programa promove atividades culturais e de convivência que valorizam o lazer e as tradições regionais, como Festa Junina, Curso de Primavera e Dia do Idoso, a fim de estimular participação social e manutenção do vínculo com a comunidade. Entre os indicadores de extensão observados destacam-se a adesão contínua dos participantes (60 participantes que frequentam 2x/semana), a manutenção da funcionalidade relatada pelos idosos, o aumento da participação em práticas de atividade física e o fortalecimento do vínculo entre comunidade e equipe de saúde. Conclui-se que a iniciativa contribui para a promoção do envelhecimento ativo e para o fortalecimento das ações de promoção da saúde na atenção primária, indicando que o objetivo proposto foi alcançado.

Palavras-chave: promoção de saúde, idosos, extensão universitária