

## RESUMO - PÔSTER - NUTRIÇÃO E SAÚDE COLETIVA

### **METODOLOGIAS ATIVAS COMO PROMOÇÃO À SAÚDE PARA O IDOSO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

*Edna Lara Vasconcelos Da Silva Gomes (nutrilaravasconcelos@gmail.com)*

*Aurilene Soares De Souza (auri.lene@bol.com.br)*

*Sara Silva Soares (nutrisarasoares@gmail.com)*

*Hoberdânia Araújo Queiroz (mares.de.dania@gmail.com)*

**INTRODUÇÃO:** Define-se a faixa etária do idoso como um processo manutenção e desenvolvimento da capacidade funcional, para com isso proporcionar o bem-estar no ciclo da vida avançado, levando em consideração pessoas com idade igual ou maior que os 60 anos. Reconhecer a importância desse ciclo da vida de forma autônoma, digna e com capacidade funcional é imprescindível. O Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade (PRMSFC) da Universidade Estadual do Piauí (UESPI) em um de seus campos de atuação proporciona um trabalho dinâmico, lúdico e participativo para um CCI localizado na cidade de Teresina-PI. **OBJETIVO:** O presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência do trabalho em campo do PRMSFC de elucidar o processo promoção a saúde através de educação em saúde, tendo como principal foco metodologias ativas, lúdicas e dinâmicas. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, com base em atividades de educação em saúde trabalhadas nos grupos de idosos pelos residentes do PRMSFC – UESPI, durante março a junho de 2022. Ao longo dos atendimentos com os grupos de idosos foram observados a

importância de trabalhar aspectos que para as pessoas mais velhas se torna favorável para a retenção de conhecimento, como por exemplo trabalhar nas orientações à saúde a memória e a cognição deles. O planejamento das atividades foi subdividido por temáticas que abrangiam conteúdos pertinentes a saúde como um todo da pessoa idosa. Cada orientação era abordada um conteúdo de educação em saúde de forma lúdica e participativa.

**RESULTADOS:** As orientações foram trabalhadas de forma intencional para que sempre houvesse participação dos idosos e estímulo do cognitivo para responderem perguntas feitas durante as o processo de explanação do conteúdo. Os temas trabalhados iam desde a saúde fisiológica, quanto a saúde mental e ambiental. A cada orientação observamos o desempenho e a participação ativa dos idosos. A demonstração de interesse nas atividades desenvolvidas era observada com as perguntas curiosas e os pedidos de conteúdos extra, que complementassem ainda mais cada orientação trabalhada com os grupos. E com isso criamos continuidade no processo de educação em saúde, além de proporcionar conhecimento de forma prática e usual, a intenção era fazer sentido o conteúdo trabalhado com o dia a dia do idoso.

**CONCLUSÃO:** A experiência das orientações à saúde com metodologias ativas proporcionou vínculo, conhecimento e autonomia sobre o idoso e os cuidados que eles poderiam ter com eles mesmo. A conduta da dinâmica possibilitou observarmos o potencial que os grupos de idosos desempenhavam a cada temática trabalhada nas orientações. Observamos ao longo do tempo e depois de alguns encontros as opiniões e conclusões que eles obtiveram acerca do que discutíamos durante o momento de orientação. A experiência foi positiva, e com isso concluímos que trabalhar a favor do conhecimento, e abordar temáticas pertinentes a saúde da pessoa idosa de forma lúdica é uma oportunidade facilitadora de adesão ao próprio cuidado que o idoso pode adquirir.