

INSTITUTO FEDERAL
SANTA CATARINA

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E
TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E
TECNOLOGIA DE SANTA CATARINA.

IF-SC - Joinville BIBLIOTECA	
Nº Registro 4848	Código Sopher 56407
Data: 05/05/2010	

REL ENF
0128

Camila Alberton
Priscila Gadotti
Jackeline M. Luz
Jaqueline Matos

PROMOVENDO QUALIDADE DE VIDA AOS IDOSOS DO LAR BETÂNIA

ORIENTADORA: PROFESSORA Cléia Bet Baumgarten

REL ENF
0128

Alberton, Camila
Promovendo qualidade de vida
56407



JOINVILLE
2009

Camila Alberton
Priscila Gadotti
Jackeline M. Luz
Jaqueline Matos

PROMOVENDO QUALIDADE DE VIDA AOS IDOSOS
DO LAR BETÂNIA

Projeto de Ação
comunitária para Conclusão do
curso Técnico de Enfermagem
no IF-SC Unidade Joinville.

JOINVILLE
2009

Dedicatória

*Àqueles que já atuam na área da
saúde e aos futuros profissionais para
que infinitamente compreendam a
importância desse cuidado.*

Agradecimentos

Agradecemos primeiramente à Deus por mais esta etapa alcançada.

À todos aqueles que contribuíram para a realização do nosso projeto.

E é claro, à nossa orientadora Cléia Bet Baumgarten, pela dedicação a nós prestada.

MUITO OBRIGADA.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	06
2. METODOLOGIA	07
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	08
4. RESULTADOS ALCANÇADOS	10
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	11
6. APÊNDICE	12
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

1. Introdução

A população mundial está ficando cada vez mais velha. O Brasil tem cerca de 1,4 milhões de idosos e, segundo dados da Organização mundial da Saúde (OMS), em 20 anos será o sexto país do mundo com maior número de pessoas na chamada “melhor idade”. O avanço da medicina e a melhoria na qualidade de vida são as principais razões deste novo cenário.

Diante da realidade atual da sociedade, marcada pelo crescimento da população idosa, percebeu-se que a família nem sempre está preparada ou tem condições para atender às necessidades que o idoso requer. Para isto, existe a possibilidade de ir em busca de uma instituição com assistência multiprofissional, sendo que estas têm se tornado cada vez mais necessária.

Acerca das necessidades que o idoso possui para ter um envelhecimento saudável (BRANDÃO, 2006) afirma:

Envelhecer de maneira saudável significa fundamentalmente que, além de um bom estado de saúde física, os idosos necessitam também de reconhecimento, respeito, segurança, e de se sentirem participantes de sua comunidade, onde possam colocar suas experiências e seus interesses.

A qualidade de vida pode ser alcançada através de atividades físicas, recreativas e de cuidado corporal, proporcionando assim, momentos de descontração, interação, desinibição, socialização entre os idosos institucionalizados.

O presente relatório trata das atividades desenvolvidas no Projeto de Ação Comunitária (PAC) “Promovendo qualidade de vida aos idosos do Lar Betânia”, situado Rua Olímpio de Oliveira, 565, Bucarein – Joinville.

Este projeto passou pela aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIVILLE .

As atividades foram executadas durante o mês de julho de 2009, totalizando 80 horas, pelas estudantes Camila Alberton, Priscila Gadotti, Jackeline M. Luz e Jaqueline Matos, tendo como orientadora a professora Cléia Bet Baumgarten.

2. Metodologia

Planejávamos trabalhar com 15 idosos do lar Betânia, porém, ao chegarmos à instituição nos deparamos com carência de funcionários, o que nos levou a trabalhar com todos os idosos, ou seja, com 38 idosos. As atividades estavam previstas para serem executadas no período vespertino das 13h30min às 17h30min horas durante vinte dias. A pedido da direção da instituição, estas atividades, foram executadas em nove dias de segunda a sábado em período integral das 07h30min às 17h30min e domingo em período intermediário das 10h00min às 14h30min. Assim, totalizamos 80 horas.

No primeiro dia, conversamos com o administrador do Lar, nos apresentamos e expomos o projeto que iríamos executar na instituição, em seguida, nos apresentamos individualmente a cada morador, explicando as atividades que iríamos realizar com eles na semana. Fomos muito bem recepcionadas por todos. No final da tarde os encaminhamos para o jantar e nos despedimos.

A pedido da direção da Instituição, auxiliamos os idosos na alimentação e na higiene íntima, troca de fralda, idas ao banheiro e acompanhamento a consultas médicas

Todos os dias pela manhã participávamos da missa com os idosos, sendo estes ao término encaminhados para a sala de convivência e em seguida para o café. Após aqueles que podiam, caminhavam conosco e os cadeirantes passeavam no pátio.

No almoço, café da tarde e no jantar, buscávamos os que não conseguiam sair das camas e ajudávamos a se alimentarem.

As atividades eram diferenciadas em cada tarde, onde foi realizado:

- Manicure e pedicure em homens e mulheres;
- Hidratação da pele e massagens nos membros superiores e inferiores com creme;
- Tricotomia facial;
- Leitura de livros que transmitiam lições de vida;
- Jogos que estimulam a mente como dominó e quebra-cabeça;
- Danças e cantos.

3. Fundamentação teórica

O prolongamento da vida humana é um processo que vem se acelerando nas últimas décadas, até mesmo nas sociedades menos desenvolvidas, acarretando alterações significativas no perfil demográfico destas populações, com o aumento da proporção de idosos (QUEIROZ, 1999).

Segundo Simone de Beauvoir (1990), o grau de civilização de uma determinada sociedade pode ser medido pelo tipo de tratamento dispensado aos seus velhos.

Se quisermos alcançar a modernidade e o desenvolvimento certamente teremos não apenas que amparar a infância e a juventude, mas avançar muito nas políticas de atendimento à velhice.

Envelhecer com qualidade significa segundo a Fundação Mac Arthur (1998):

- Manter um baixo risco de doença
- Manter um funcionamento físico e mental elevado
- Manter um envolvimento, compromisso ativo com a vida.

Algumas pesquisas demonstram que a tarefa evolutiva da velhice é a integração social e a autonomia pessoal.

O envelhecimento pode ser encarado como um processo de compreensão da humanidade, integridade e identidade exclusiva de cada um, em um mundo de mudanças constantes, sendo que no final da vida as pessoas atingem um sentido de personalidade, que lhes permite demonstrar individualidade e prosseguir em direção a auto atualização (BRANDÃO, 2006).

Viver mais é um desejo que todos temos, mas acima de tudo viver com saúde, qualidade, liberdade e felicidade. Isso é uma conquista diária, feita de cuidados com a saúde física e mental, e se consegue da seguinte forma:

- Participando de atividades que movimentem o corpo
- Mantendo a mente sempre ocupada
- Estando atento aos cuidados que promovam a saúde.

Assim garantiremos nossa autonomia, nossa auto estima, o nosso orgulho dos anos que vivemos e que ainda vamos viver. (SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE, 2003).

O envelhecimento é um processo contínuo durante a vida; funcionalmente quando começa a depender de outros para o cumprimento de necessidades básicas,

considerando as limitações físicas ou mentais que podem ocorrer na velhice, economicamente ao deixar o mercado de trabalho através da aposentadoria.

O prazer de estar com outras pessoas, de estar em ambientes agradáveis, conversar, trocar idéias, brincar, distrair-se, enfim, a presença do calor humano solidifica o resgate social do aposentado, tornando-se um fator importantíssimo no envolvimento com outras pessoas e com a própria sociedade.

LORDA (1998) exemplifica que o lazer e a recreação no ambiente social permitem maior intervenção com os outros, promovendo o crescimento social, ampliando o círculo das relações sociais, formando-se novas amizades e desenvolvendo um espírito comunitário.

Felizmente as tentativas iniciais de beneficiar pessoas da "terceira idade" hoje se multiplicam por toda a parte com o nobre objetivo de proporcionar atividades recreativas, culturais e ginásticas. (LORDA 1998 apud BRANDÃO).

Alem disso, Severo et al (1998) descreveu que o bem estar dos idosos depende das oportunidades, das atividades, do tempo de lazer e labor produtivo: oportunidades para fazer, realizar, sentir o sucesso e dar uma contribuição real a sociedade como um todo, evitando assim ocorrer à separação do convívio familiar e conseqüentemente sua internação em uma casa de repouso, devido a sua debilidade de saúde.

Segundo DUMAZEDIER (1980), os conteúdos culturais do lazer são divididos em cinco áreas de interesse:

1. **Manual** - marcado pela capacidade de manipulação, seja para transformar objetos ou materiais, seja para lidar com a natureza;
2. **Social** - buscam-se relacionamentos e contato com outras pessoas;
3. **Físico esportiva** - ocorre prevalência de movimento ou exercício físico;
4. **Intelectual** - a busca de novas informações reais, objetivas e racionais;
5. **Artística** - marcados pelas diferentes manifestações artísticas, baseadas no imaginário, nas emoções e nos sentimentos.

Com base nessas áreas iremos até aos idosos do Lar Betânia para desenvolvermos essas atividades que promovem a qualidade de vida e o bem estar do idoso.

4. Resultados alcançados

Durante a execução do projeto os resultados positivos foram vivenciados, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Ao chegarmos ao lar percebemos que os idosos não tinham o hábito de fazer caminhadas diárias. Com o estímulo dado pela nossa equipe em acompanhá-los durante as caminhadas, notou-se com o passar dos dias que houve uma maior aceitação pela atividade e os idosos passaram a caminhar mais. Neste momento era realizada comunicação terapêutica individual, onde eles sentiam-se mais a vontade para expor suas angústias, alegrias e experiências vividas.

Durante o período de desenvolvimento desse projeto observou-se uma melhora significativa do convívio entre os idosos, através de danças, cantos e partidas de dominó (jogo pelo qual mais se interessavam).

Sentiu-se um ambiente mais fraterno devido à aplicação deste projeto e a atenção por nós dispensada.

5. Considerações finais

A abordagem ao idoso institucionalizado é complexa, essa população é extremamente fragilizada, muitas vezes foi impelida a viver em um ambiente diferente, longe da família e dos amigos. O idoso institucionalizado e a entidade que o abriga, geralmente, não conseguem arcar sozinhos com a complexidade e as dificuldades da senescência e/ou senilidade.

Foi tentando melhorar a qualidade de vida do idoso do Lar Betânia que este Projeto de Ação Comunitária foi executado.

Além dessa contribuição social, o Projeto "Promovendo Qualidade de Vida aos Idosos do Lar Betânia" também nos possibilitou um contato mais estreito e real entre a escola e a comunidade, com uma abordagem e visão holística do paciente idoso institucionalizado.

Sabendo-se que o envelhecimento populacional em nosso país é uma realidade, ações que buscam lidar com esse contingente de idosos devem ser priorizadas em todas as áreas do saber.

As Escolas têm como papel social prestar a sua contribuição, apoiando iniciativas que visem melhorar a qualidade de vida da população que envelhece.

Assim, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina, com o Projeto "Promovendo Qualidade de Vida aos Idosos do Lar Betânia" presta serviços à comunidade sob a forma de ações assistenciais e educativas.

6. Apêndice

“Um dia seremos um

Idosos... Rostos e olhos enrugados, faces descoloridas, que entesouram tanta experiência, sabedoria e bondade!

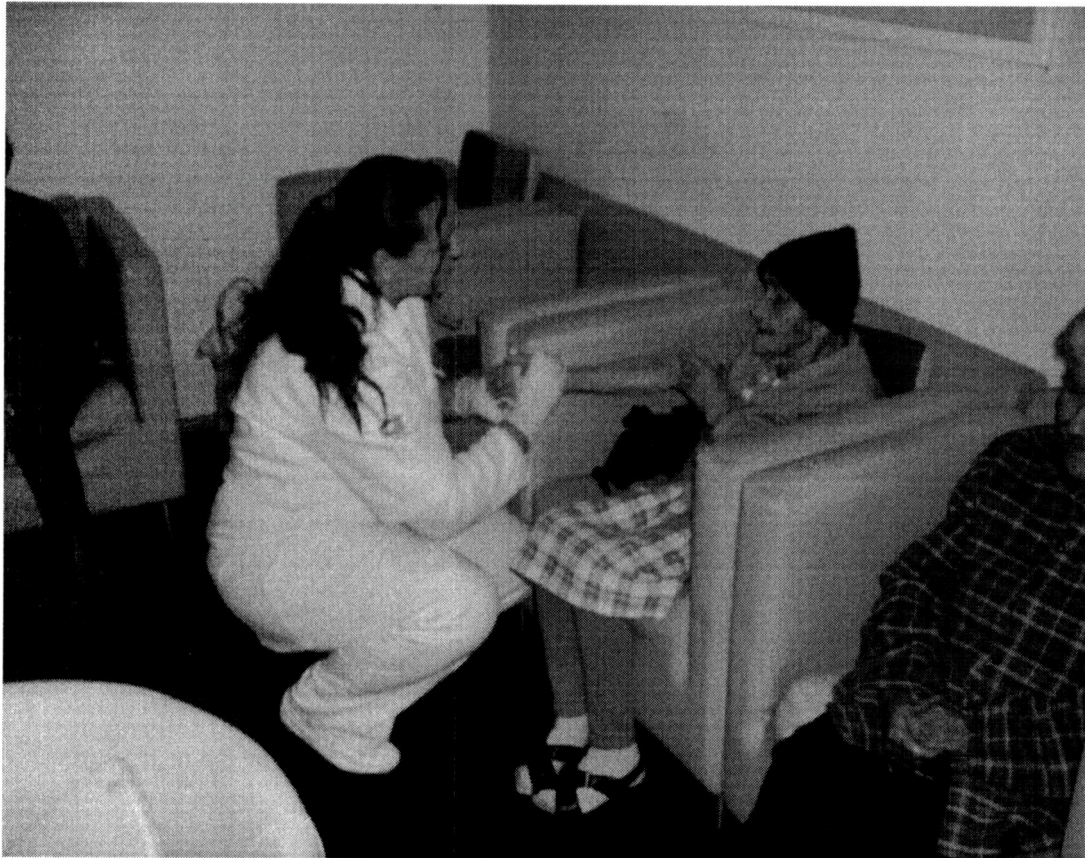
Idosos... Vezes renegados pelos amigos, pela família, à própria sorte, guiados por mãos estranhas, alimentados e vestidos com dedicação por desconhecidos, que ouvem suas histórias de outrora, narradas com um fio de voz... Um fio de voz que traduz muita esperança de quem hoje é uma criança que exhibe a sua vivência, expondo sua experiência.

Idosos... No acaso da vida, já atravessaram tempestades e confortaram corações, quero aprender sobre e com vocês! Ah! Meus velhinhos, nos seus corações a chama ainda acesa ilumina a minha pobre existência, alimenta meu coração, seus exemplos são mananciais que revigora o meu ser... Agradecida pelos ensinamentos que me tornaram a vida mais florida! “













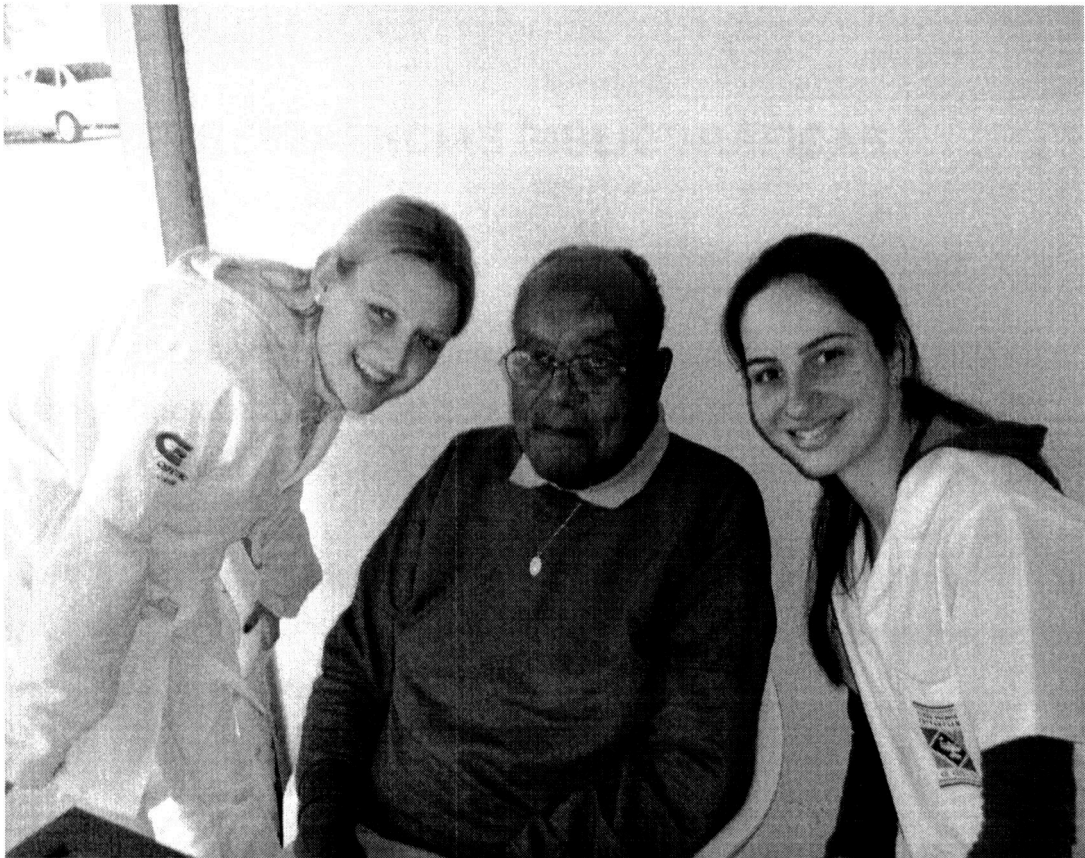












7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERZINS, M.A.V.S. Envelhecimento Populacional: uma conquista para ser celebrada. **Serviço Social e Sociedade**. São Paulo: Cortez, n.75, 2003.

HAHNE, R. Sociedade, Envelhecimento Humano e Cidadania. In: BRANDÃO, J.S, MARTINS, R.M (ORG). **Ame Suas Rugas: Viver E Envelhecer Com Qualidade**. Blumenau: Nova Letra, 2006.

MEENE, D.V. Os Cuidados De Um Anjo. In: BRANDÃO, J.S, MARTINS, R.M (ORG). **Ame Suas Rugas: Viver E Envelhecer Com Qualidade**. Blumenau: Nova Letra, 2006.

SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE. **Cartilha de Saúde do Idoso**. Secretaria do Estado de Santa Catarina, 2003.

FARIA JUNIOR, Alfredo - **Atividades Físicas para a Terceira Idade**. Brasília: Sesi-DN, 1992.

MORAIS, I.B, BRAGA, T.G, SILVA, V.T.S. – **Princípios Básicos de Enfermagem em Geriatria**: 2ª edição. Brasília: 1995.

Programas de promoção a saúde do idoso: uma revisão da literatura científica no período de 1992 a 2002. Disponível em:

<http://www.opas.org.br/observatorio/arquivos/Destaque111.pdf> Acesso 28 de janeiro de 2009.