

A PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO A PESSOA IDOSA COM DIABETES MELLITUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA

INTRODUÇÃO: As mudanças ocasionadas pelo processo de envelhecimento promovem um impacto significativo na vida de cada indivíduo. Nesse contexto, ações educativas voltadas ao autocuidado tornam-se essenciais para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa, conforme diretrizes do Ministério da Saúde¹. **OBJETIVOS:** Descrever a experiência vivenciada em um projeto de extensão sobre a promoção do autocuidado em idosos com DM. **DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:** Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado pelo projeto de extensão intitulado AutoDia, no período de setembro de 2025 à fevereiro de 2026, vinculado a uma Instituição de Ensino Pública. As ações foram realizadas em uma unidade municipal de saúde, localizada na cidade de Belém-Pará. O projeto envolveu acadêmicos de enfermagem, docentes e idosos participantes, com encontros mensais envolvendo ações educativas, atividades lúdicas e planejamento coletivo. **RESULTADOS:** As dinâmicas executadas no projeto impulsionaram uma participação ativa dos idosos, fortalecendo os vínculos entre os membros e estimulando a socialização. Além disso, possibilitou melhor compreensão dos idosos sobre o manejo da DM, favorecendo a prática de hábitos saudáveis, cuidados com a polifarmácia e maior aceitação do autocuidado. **DISCUSSÃO:** O desenvolvimento das atividades pelo projeto permitiu uma troca de conhecimentos entre os envolvidos, contribuindo para a construção de um aprendizado holístico em relação à promoção da saúde dos idosos com DM². **CONCLUSÕES:** As atividades realizadas pelo projeto são solidificadas como os pilares da adesão ao autocuidado da pessoa idosa com DM, visto que contribuem para a promoção do envelhecimento saudável e para a melhoria da qualidade de vida dos idosos participantes. **CONTRIBUIÇÕES PARA A ENFERMAGEM:** Evidencia-se o papel da enfermagem na educação em saúde e no fortalecimento do autocuidado dos idosos com DM, assegurando a relevância da extensão universitária como estratégia fundamental para uma formação acadêmica comprometida com as necessidades da comunidade.

Descritores (DeCS – ID): Autocuidado – D012648; Diabetes Mellitus – D003920; Idoso – D000368.

Modalidade: estudo original () relato de experiência (x) revisão da literatura ()

Eixo Temático: Eixo 9 – Reflexões e experiências educativas inovadoras na Enfermagem

REFERÊNCIAS:

1. Brasil. Ministério da Saúde. *Diabetes (diabetes mellitus)*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/diabetes>. Acesso em: 01 maio 2026.
2. CYRINO, Renata Souza et al. *Atividades lúdicas como estratégia de educação em saúde com idosos*. Revista ciência em extensão, v. 12, n. 3, p. 154-163, 2016. Disponível

em: https://phpadmojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1324. Acesso em:
07 maio 2026.