**OSTEOPOROSE: UM TEMA POUCO CONHECIDO, MAS MUITO VIVENCIADO PELO IDOSO**

RAQUEL APARECIDA RODRIGUES NICÁCIO1; REGIANE NOVAIS DA SIVA REIS2; GRAZIELE FERREIRA PINTO3; MICHELE SALLES4

1 Curso de Enfermagem UFMT Campus Rondonópolis, [raquel\_nicacio@hotmail.com](mailto:raquel_nicacio@hotmail.com); 2 Curso de Enfermagem UFMT Campus Rondonópolis, regiane.90@outlook.com; 3 Curso de Enfermagem UFMT Campus Rondonópolis, [grazi20ferreira@gmail.com](mailto:grazi20ferreira@gmail.com); 4Curso de Enfermagem UFMT Campus Rondonópolis, michelesalles@yahoo.com.br

A Osteoporose é uma doença ósteo-metabólica, sistêmica, caracterizada pela diminuição da massa óssea levando a fragilidade dos ossos e possíveis fraturas. É uma doença que atinge a maioria das mulheres acima de 65 anos, sendo menos comum em homens. Para os idosos, conviver com esta patologia implica tomar uma série de medidas preventivas para evitar possíveis quedas e evitar complicações como o comprometimento da capacidade funcional. O presente estudo consiste no relato de experiência da educação em saúde realizada através do projeto de extensão Qualidade de vida na Terceira Idade – 2018, realizada no Núcleo de Estudos e Atividades da Terceira Idade da UFMT/CUR em que acadêmicos do Curso de Enfermagem ministraram palestras sobre a Osteoporose e suas características ao grupo de idosos integrantes do NEATI. O estudo tem como objetivo realizar atividades de educação em saúde para um grupo de idosos da Universidade Federal de Mato Grosso – Câmpus Universitário de Rondonópolis (UFMT/CUR) através de palestras e atividades concernentes ao tema Osteoporose. A educação em saúde foi realizada por acadêmicos de enfermagem através de palestras sobre a Osteoporose na vida do Idoso, suas causas, prevenção, tratamento e como conviver com essa patologia pouco conhecida por eles, porém que muitos a apresentam. Após as palestras foram realizadas atividades de Educação em Saúde, tais como: verificação de pressão arterial (PA), cálculo de índice de massa corpórea (IMC), glicemia capilar (GP), roda de conversa e orientações individuais a todos os idosos que apresentam Osteoporose. A educação em saúde realizada com idosos se mostrou de grande importância, uma vez que através do conhecimento partilhado entre os mesmos e os acadêmicos foi possível obter maior consciência a cerca da patologia e estímulo para o enfrentamento, possibilidades de tratamento e a promoção da qualidade de vida. Portanto, conclui-se que as ações planejadas por meio desse projeto de extensão permitiram além de uma visão diferenciada, conhecimento e uma maior qualidade de vida aos idosos que convivem com osteoporose.

**Palavras-Chave:** Educação em saúde, Idosos, Osteoporose.