A UTILIZAÇÃO DE METODOLOGIAS ATIVAS PARA PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO EM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

MENDONÇA, Sara Elene da Silva1

MORAES, Andreza Cassundé2

LIMA, Fernando Conceição de2

FERREIRA ,Merces Rodrigues2

VASCONCELOS, Tatiane de Souza2

AGUIAR, Viviane Ferraz Ferreira de3

Introdução: As metodologias ativas de ensino são tecnologias que favorecem o processo ensino-aprendizagem, pois contribui para a formação da independência do acadêmico e futuro profissional[1,2]. Nesse sentido, ao abordar sobre autocuidado entre idosos na comunidade, os acadêmicos devem identificar as situações problemas que afetam esse grupo em seu contexto atual, ou seja, o déficit no autocuidado em idosos podem ter inúmeras causas[3]. Logo, o futuro profissional enfermeiro precisa atuar para resgatar o autocuidado nos idosos, de forma intervencionista, pois algumas complicações para o déficit no autocuidado pode ser atrelada à algumas doenças como *Diabete Mellitus* e Hipertensão Arterial que comprometem tanto independência, quanto a autonomia nos idosos[4]. Objetivo: Relatar a experiência dos discentes de enfermagem sobre uma ação educativa desenvolvida com idosos sobre hipertensão e diabetes em um centro de referência de assistência social (CRAS).Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, que buscou relatar a experiência dos discentes de enfermagem do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia(UNIFAMAZ) durante uma ação educativa pela disciplina saúde do idoso em um CRAS localizado na região metropolitana de Ananindeua. Portanto, as atividades foram desenvolvidas no dia 23 de outubro de 2018, e planejadas com dois meses de antecedência. Ademais, a escolha da temática abordada foi elaborada por meio de uma ação educativa dos discentes para os idosos que residem na área de cobertura oferecendo triagem, exames de glicemia e até teste rápido. Nesse sentido, participaram 27 idosos, com idades entre 60 à 89 anos, sendo de ambos sexo. Para aplicação da metodologia dois mediadores realizavam orientações referentes aos resultados dos exames oferecidos que foram transcritos, para uma ficha de avaliação individual. Em seguida foi realizado uma dinâmica chamada “segure os balões”, cuja representava os desafios diários que os idosos enfrentam, e também como uma alternativa para quebrar o gelo durante a ação. Por fim, foi executado uma roda de conversa para socializar sobre os cuidados e orientações que promovem o autocuidado entre eles, foi praticado uma escuta qualificada para sanar suas dúvidas e compartilhar seu conhecimento empírico com os demais ocorrendo trocas de conhecimentos entre todos. Resultados e Discussão: Durante a roda de conversa nós observamos que nosso objetivo que era promover o autocuidado em idosos foi alcançado. Pois,devido os relatos dos participantes conseguimos captar feedback positivo e até notamos ,durante as dinâmicas, grande participação e assim surgiu sugestões que os discentes voltassem para abordar outras temáticas tão relevantes como essa. A disciplina saúde do idoso foi de extrema importância nesse contexto, pois ajudou conciliar a prática com a teoria.Contudo, o intuito não foi fazer o público mero depósito de ideias, mas sim que estimulasse um pensamento crítico-reflexivo mediante a realidade abordada como aconteceu uma sensibilização sobre os cuidados que podem ser feitos resgatando a autonomia e independência dos idosos. Considerações finais: Para nós discentes de enfermagem, a experiência durante a ação foi significativa, graças a participação de todos os sujeitos, pudemos compreender nossa atuação como enfermeiro educador na comunidade, e de quais maneiras podemos atuar com o manejo de promover educação em saúde para a pessoa idosa de acordo com suas peculiaridades.

Descritores(DECS): Educação em saúde, idoso, autocuidado.

Referências:

1. Souza Elaine Fernanda Dornelas de, Silva Amanda Gaspar, Silva Ariana Ieda Lima Ferreira da. Metodologias ativas na graduação em enfermagem: um enfoque na atenção ao idoso. Rev. Bras. Enferm.  [Internet]. 2018  [cited  2019  Apr  23] ;  71( Suppl 2 ): 920-924. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0034-71672018000800920&lng=en.  http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0150.

2. Mitre Sandra Minardi, Siqueira-Batista Rodrigo, Girardi-de-Mendonça José Márcio, Morais-Pinto Neila Maria de, Meirelles Cynthia de Almeida Brandão, Pinto-Porto Cláudia et al . Metodologias ativas de ensino-aprendizagem na formação profissional em saúde: debates atuais. Ciênc. saúde coletiva  [Internet]. 2008  Dec [cited  2019  Apr  23] ;  13( Suppl 2 ): 2133-2144. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1413-81232008000900018&lng=en.  http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232008000900018.

3.Tanqueiro Maria Teresa de Oliveira Soares. Manejo do autocuidado em idosos com diabetes: revisão sistemática da literatura.Rev. Enf. Ref.,  Coimbra ,  v. serIII, n. 9, p. 151-160,  mar.  2013 .

4.Oliveira Marcelle Stephane Nunes de et al. Autocuidado de idosos diagnosticados com hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus. **Revista de Enfermagem da UFSM**, [S.l.], v. 7, n. 3, p. 490 - 503, out. 2017. ISSN 2179-7692.

.

1 Acadêmica de Enfermagem. Centro Universitário Metropolitano da Amazônia- UNIFAMAZ. sara\_elene@hotmail.com.

 2 Acadêmico de Enfermagem. Centro Universitário Metropolitano da Amazônia- UNIFAMAZ.

2 Acadêmica de Enfermagem. Centro Universitário Metropolitano da Amazônia- UNIFAMAZ.

2 Acadêmica de Enfermagem. Centro Universitário Metropolitano da Amazônia- UNIFAMAZ.

2 Acadêmica de Enfermagem. Centro Universitário Metropolitano da Amazônia- UNIFAMAZ.

3 Enfermeira .Mestre. Docente do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia. Universidade Federal do Pará (UFPA).