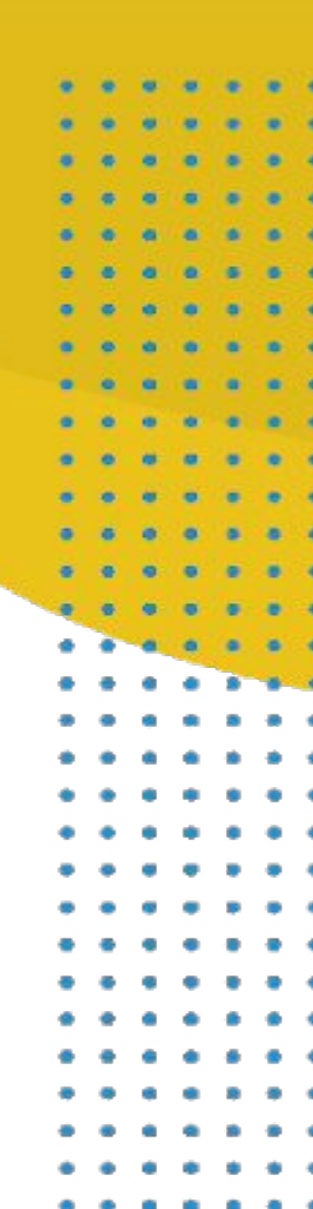


Simpósio de Integração Acadêmica

Inteligência Artificial: A Nova Fronteira da Ciência Brasileira
SIA UFV Virtual 2020



Promoção à saúde mental junto a um grupo de idosos participantes da Academia da Saúde: relato de experiência

Universidade Federal de Viçosa

Gabrielle Maria Silva Gomes¹; Deíse Moura de Oliveira²; Ana Clara Reis Cruz³

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Saúde do Idoso; Saúde Mental.

Área temática: Enfermagem

Grande área: Ciências biológicas e da saúde

Categoria: Extensão

Introdução

O aumento da população idosa tem gerado preocupações quanto à qualidade de vida desta população. Nesta perspectiva, o cuidado com a saúde mental tem sido cada vez mais enfatizada, no sentido de minimizar os impactos psíquicos vivenciados pela pessoa idosa¹. Destaca-se neste contexto a importância da Atenção Primária à Saúde (APS), cenário de potência na promoção de ambientes saudáveis, o qual pode auxiliar na saúde mental desse grupo etário. Evidencia-se que tal abordagem ainda é escassa nos serviços de saúde, sendo relevante utilizar-se de espaços já instituídos na APS (como a Academia da Saúde) para tematizar a saúde mental junto ao público idoso.

Objetivos

Relatar a experiência de estudantes do curso de graduação em Enfermagem inscritos no segundo período acerca da construção de um espaço de promoção à saúde mental de idosos participantes da Academia da Saúde.

Material e Métodos

O relato se refere a um grupo de promoção à saúde mental que ocorreu com idosos participantes da Academia da Saúde na Unidade de Saúde do bairro São José, no município de Viçosa. Para a identificação do tema a ser discutido os estudantes tiveram uma aproximação prévia com o grupo e solicitaram a eleição de uma questão que tinham o desejo de discutir e aprender. Os idosos elegeram “ansiedade e depressão”. Utilizamos os seguintes recursos:

- ➔ Exposição do referencial teórico
- ➔ Varal de fotografias do grupo de idosos
- ➔ Roda de conversa e debate

Resultados

Os discentes observaram que os idosos já possuíam uma bagagem de conhecimentos e/ou experiências sobre o assunto abordado (ansiedade e depressão) e que a exposição teórica ampliou o conhecimento e segurança com relação ao tema. Permitir que os idosos fossem protagonistas na escolha do tema a ser trabalhado proporcionou uma maior interação e fez com que a troca de experiências fosse mais fluida e significativa. Uma percepção importante dos discentes em relação à atividade desenvolvida foi a necessidade de fala dos idosos no que tange às experiências de vida relacionadas à temática, que muitas vezes não encontram espaços para serem compartilhadas, mas que precisam ser vocalizadas no âmbito dos serviços de saúde, especialmente na APS.

Conclusões

➔ Depreende-se que a construção compartilhada do conhecimento – entre os idosos e os estudantes – constitui-se uma estratégia potente na ampliação dos saberes e práticas sobre saúde mental entre os atores envolvidos.

Bibliografia

1. MITTELMANN, Carolina. Efeitos da atividade física na saúde mental do idoso: estudo de revisão de artigos científicos. 2010.
2. MAZO, Giovana Zarpellon et al. Autoestima e depressão em idosos praticantes de exercícios físicos. *Kinesis*, v. 30, n. 1, 2012.

¹. Graduanda em Enfermagem. Departamento de Medicina e Enfermagem. Universidade Federal de Viçosa. E-mail: gabrielle.gomes@ufv.br

². Professora do Departamento de Medicina e Enfermagem. Universidade Federal de Viçosa. E-mail: deise.oliveira@ufv.br

³. Graduanda em Enfermagem. Departamento de Medicina e Enfermagem. Universidade Federal de Viçosa. E-mail: ana.cruz@ufv.br

