



PÔSTER

Cuidado individual, familiar e comunitário

Educação em saúde: promovendo hábitos saudáveis com idosos

Juliana de Lima Soares. Universidade Federal de Mato Grosso. juhsoares@yahoo.com.br
 César Augusto Androlage de Almeida Filho. Universidade Federal de Rondônia.
 cesar_androlage@yahoo.com.br

Introdução: A relevância deste estudo verifica-se no fato de que o idoso faz parte da parcela da população que se encontra vulnerável a diversos adoecimentos, necessitando de uma atenção diferenciada por parte dos profissionais da saúde.

Objetivos: Relatar a experiência vivenciada em uma atividade de educação em saúde com idosos alunos de um Centro de Educação de Jovens e Adultos da cidade de Cuiabá-MT.

Metodologia ou Descrição da Experiência: Trata-se de Relato de Experiência baseado na prática pedagógica pautada no aprendizado a partir da problematização, método que permite a construção de conhecimentos a partir da vivência de experiências significativas. Realizamos uma atividade em grupo com idosos que frequentadores de um Centro de Educação de Jovens e Adultos. Escolhemos trabalhar em grupo, pois essa metodologia possibilita a ampliação do vínculo entre a equipe de saúde e a pessoa idosa, sendo um espaço complementar de troca de informações, de oferecimento de orientação e de educação em saúde.

Resultados: A atividade foi realizada no dia 06/07/12 utilizando metodologias que possibilitaram uma comunicação bilateral envolvendo o educador e o educando em um processo dialógico no qual ambos contribuíram para a construção do conhecimento. Inicialmente apresentamos todos os membros do grupo e dialogamos com os idosos buscando valorizar o conhecimento empírico já apreendido. Após este primeiro contato, realizamos uma atividade física através de alongamento muscular Posteriormente realizamos um teatro didático sobre alimentação saudável, enfatizando a socialização do conhecimento sobre os alimentos e a prevenção dos problemas nutricionais, incluindo a obesidade, a hipertensão arterial e o diabetes.

Conclusão ou Hipóteses: Concluímos assim, que esse tipo de atividade é bastante proveitosa, pois permite a troca de conhecimentos de forma natural, extrapolando os muros de hospitais e consultórios médicos, contribuindo para um atenção integral à saúde, além da promoção de hábitos saudáveis que podem ser compartilhados entre os idosos.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Atividade em Grupo. Idosos