

CAIC/PRODIS/UNIPAC Barbacena

PROGRAMA PROBIC 2023/02

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciência da Saúde / **Fisioterapia**

TÍTULO DO PROJETO ORIGINAL: Percepções das idosas de uma instituição de longa permanência sobre o impacto de ações multidisciplinares na saúde mental e qualidade de vida

COORDENADORA: **Profa. Dra. Ana Maria Barbosa Damasceno**

ALUNA BOLSISTA ASSOCIADA AO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO: **Larissa Vitória da Silva Serpa**

COLABORADORES : **Danielle Antunes de Araujo; Ludmyla Lorelly Veloso; Rafaela Moraes Simões; Raissa Aparecida da Silva; Renata H. de Oliveira Ribeiro; Rúbia Leticia Rodrigues de Andrade**

VIGÊNCIA DO PROJETO: 2023/02 a 2024/01

Percepções das idosas de uma instituição de longa permanência sobre o impacto de ações multidisciplinares na saúde mental e qualidade de vida

RESUMO

Introdução: O processo de institucionalização pode promover grandes transformações do ponto de vista pessoal e social; diante disso, promover a valorização do idoso institucionalizado possibilita maior interação e participação destes na sociedade. **Objetivo:** Compreender a percepção das idosas institucionalizadas sobre o impacto das oficinas multidisciplinares na melhoria da qualidade de vida e da saúde mental. **Metodologia:** Estudo de natureza qualitativa descritiva, com coleta de dados por entrevistas semiestruturadas gravadas, transcritas, categorizadas e realizadas através da análise de conteúdo, na modalidade temática de Bardin. **Resultados:** A análise dos relatos das idosas institucionalizadas mostrou que as oficinas multidisciplinares têm impacto positivo na promoção da saúde física e social, bem como possibilitou a melhoria da saúde mental e da qualidade de vida. **Considerações finais:** A compreensão das percepções das participantes evidenciou a importância das atividades de lazer, físicas e cognitivas, ofertadas por meio de oficinas. Revelou-se, ainda, que além da melhoria na qualidade de vida e saúde mental, houve um aumento significativo da interação social e da autoestima, relatado tanto pela equipe cuidadora, quanto pelas próprias idosas. Sugere-se maior frequência para realização de ações que proporcionem e reconheçam o potencial transformador das atividades multidisciplinares.

Palavras-chave: Promoção da saúde, idoso, instituição de longa permanência para idosos.

Atualmente, pesquisas indicam o aumento da expectativa de vida e em consequência o rápido envelhecimento da população. Tal processo está frequentemente associado a uma maior fragilidade que se intensifica com o tempo trazendo como consequências: limitações funcionais, cognitivas e emocionais. Tais alterações impactam significativamente o dia a dia dos idosos bem como dos familiares que devem enfrentar a carga dos cuidados relacionados a essa população. Neste aspecto, a demanda por instituições de longa permanência para idosos aumentou consideravelmente nos últimos anos.

A institucionalização pode trazer consequências para o idoso como: perda da capacidade de sentir prazer nas atividades cotidianas que anteriormente eram consideradas agradáveis; adaptação às mudanças de espaço físico e reformulação no planejamento de vida de forma repentina e severa. Tais fatos são decorrentes das transformações no convívio particular e alterações na rotina pois tais locais promovem a valorização do bem-estar coletivo em detrimento do individual. Muitos pesquisadores apontam ainda, o isolamento, inatividade física e a redução na qualidade de vida.

Nesta perspectiva, considerando que é baixa a oferta de atividades que gerem lazer, saúde, bem-estar e cultura para os idosos residentes em instituições de longa permanência, promover ações de saúde, através de oficinas para esse fim, tem a possibilidade de influenciar diretamente nos estados de saúde como um todo.

Desta forma o presente estudo teve como objetivo analisar as percepções das idosas acerca do impacto de ações multidisciplinares na melhoria da saúde mental e qualidade de vida. Para atingir tais objetivos, antes de serem feitas as respectivas gravações das entrevistas com as idosas e que foram transcritas na íntegra, foram ofertadas, após pesquisa e elaboração, 07 oficinas, cada qual nomeada de acordo com as intervenções que seriam feitas: "Dia do café e histórias", "Dia da arte", "Dia dos jogos", "Dia de beleza", "Dia do movimento físico", "Dia das relações humanas", "Dia da solidariedade".

Estudiosos apontam que tais ações favorecem o alívio do estresse, ansiedade e distração, estimulam o desenvolvimento da criatividade, da imaginação, além de estimulação cognitiva, afetiva e social corroborando com nossos achados que também evidenciaram aumento da autoestima, maior interação social e estimulação dos movimentos físicos. Também foi evidenciada a importância da espiritualidade desempenhando papel crucial no apoio psíquico e emocional dos idosos. Revelou-se como um pilar fundamental especialmente nos contextos de vulnerabilidade encontrados. A prática religiosa, além de proporcionar consolo, atuou como uma fonte inesgotável de força e esperança, oferecendo um sentido de pertencimento e conexão.

Salienta-se, igualmente, que ao término das oficinas notou-se um ambiente descontraído, em que as participantes, mesmo as que tinham um grau elevado de demência, demonstraram maior receptividade, bem como entusiasmo em sua participação, o que foi relatado nas entrevistas.

Cabe reforçar que a interação entre os componentes da equipe de pesquisa com as idosas promoveu o estabelecimento de laços significativos contribuindo para a construção de um aprendizado mais humanizador, na perspectiva do cuidado a essa comunidade.

Portanto, é possível concretizar ações de promoção da qualidade de vida das idosas institucionalizadas a partir de intervenções multidisciplinares. A importância de tais ações é imensurável, não apenas por proporcionar melhoria na saúde física como também pelos impactos significativos na saúde mental, emocional e social. Em um ambiente onde a rotina pode ser monótona e o sedentarismo uma ameaça constante, tais condutas representam uma oportunidade valiosa.

As oficinas proporcionaram momentos de alegria, estimulação cognitiva e expressão criativa, contribuindo para a construção de um ambiente mais acolhedor e participativo.

Assim, a pesquisa apresentada traz grandes aprendizados e se mostra inovadora pois possibilita que profissionais da saúde ou equipes que atuem no cuidado ao idoso,

trabalhem em sintonia e respeito às adversidades; amplia o conhecimento pois requer pesquisas para elaboração e aplicação de oficinas que atendam às necessidades dos residentes em ILPIs com diferentes perfis; promovem o estabelecimento de relações efetivas onde a escuta ativa é predominante e, principalmente, promovem espaços onde a espiritualidade pode ser vivenciada de forma plena o que julgamos, também, ser essencial para garantir o bem-estar integral. É através da oração, das cerimônias e da comunhão com sua fé que muitos encontram alívio para as suas dores e preocupações, reforçando sua resiliência diante das adversidades. E, finalmente, um aprendizado significativo a partir do cuidado humanizado e amoroso.

Reconhecemos que as ações assim realizadas podem servir como modelo para que sejam implementadas em qualquer ILPI sempre levando em consideração as realidades dos locais e os aspectos do cuidado aqui apresentados: engajamento profissional, escuta ativa, valorização dos saberes do idoso e aprendizado constante. Por sua vez, também cria um paradigma para um estudo aprofundado e sistemático da atenção básica voltada para a terceira idade, incluindo as ferramentas e estratégias de atuação dos profissionais de saúde específicos dessa área.