

CURSO DE QUALIFICAÇÃO DE GESTORES DO SUS

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA 3ª IDADE

Autores: Equipe Rosa - Inês R. Albuquerque, Janice O. Galvane, Maria Francisca A. R. V. Silva, Sandra T. Costacurta, Solange Di Stasi e Telma I. V. Candelaria

Introdução

Existem evidências científicas que mostram a contribuição da saúde para a qualidade de vida dos sujeitos em todos os ciclos de vida. Promover o envelhecimento saudável inclui proporcionar boa qualidade de vida, amplo acesso a serviços que favoreçam lidar com as questões do envelhecimento. Os idosos sofrem quedas 30% a mais a cada ano de vida. Na fratura do colo do fêmur têm 33% de chance de morrer, apenas 30% ficam bem após um ano da fratura. Com a idade ocorre perda das capacidades de atividades básicas de vida diária progressivamente, o que leva à perda de autonomia, depressão e, em 15 a 20% dos casos, asilamento. Sabe-se que a imobilidade leva à perda de 10 a 15% da força muscular a cada semana, perda de massa óssea por desuso e falta de gravidade, aumentando o risco de fraturas. O envelhecimento, a obesidade e o sedentarismo pioram a tolerância à glicose, 50% das pessoas diabéticas têm mais de 60 anos. Quase metade dos óbitos por doença cardiovascular são devidos à HAS, sendo que 80% dos hipertensos têm mais de 50 anos de vida. Portanto é fundamental, conforme compartilhado no Curso, a educação em saúde como instrumento de ampliação e construção coletiva dos conhecimentos e práticas em saúde para que os idosos façam escolhas saudáveis, mantenham a capacidade funcional, sua autonomia e minimização de sua dependência. Devido a região da Penha ter 15% da população com mais de 65 anos de idade, verificou-se a importância da implantação de ações acolhedoras e educativas em todas as unidades básicas, visando melhorar a qualidade de vida desta população, através de encontros com a participação da equipe interdisciplinar a ser definida em cada UBS.

Metodologia

Encontros semanais com duração de duas horas sendo uma hora de atividade corporal (Tai chi, alongamento, caminhadas) e uma hora para discussão de temas como HAS, DM, grupos de memória, artesanato, alimentação.

Cronograma

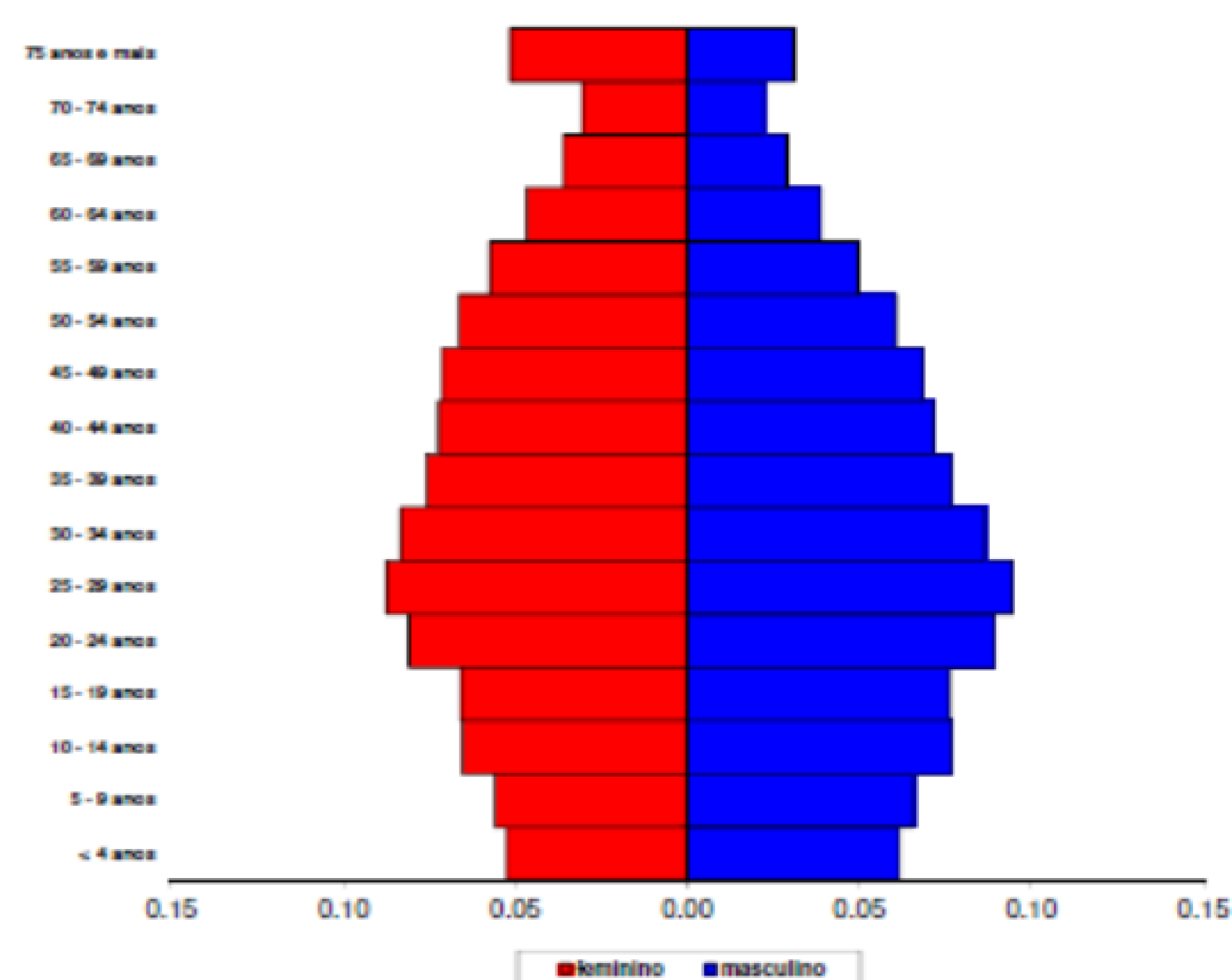
Sensibilização da equipe das UBS - agosto, setembro e outubro/2013

Identificação dos profissionais com perfil para as ações propostas - agosto e setembro/2013

Treinamento da equipe - outubro e novembro/2013

Divulgação das ações para população alvo - novembro e dezembro/2013

PIRÂMIDE ETÁRIA
Supervisão Técnica de Saúde: Penha
Período: 2010



Fonte: Censo IBGE, 2010

RESULTADOS/PRODUTOS ESPERADOS

Sensibilização e conscientização para a mudança de hábitos de vida, alimentação adequada, retardo do aparecimento do diabetes, lazer, atividade física para consciência corporal, aumento da massa muscular, melhora do equilíbrio e aptidão física, diminuição das dores articulares, melhora da saúde cardíaca vascular, prevenção da osteoporose e obesidade, diminuição das fraturas. Resultados para a melhoria das condições de vida da população.

Referências Bibliográficas

- ASSIS, M. Promoção da Saúde e envelhecimento. UERJ - Rio de Janeiro - 2002
- CRUVINEL, T.A.C. Promoção da saúde e qualidade de vida nos idosos na saúde da família - UFMG - Minas Gerais - 2009
- CEINFO PENHA. Dados Estatísticos - 2013
- GONDIM, R., GRABOIS, V., MENDES, W. (Orgs.). Qualificação de Gestores do SUS. 2. ed. rev. ampl. Rio de Janeiro, RJ: EAD/Ensp, 2011.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política de atenção integral à saúde da pessoa idosa no SUS. Disponível em <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/volume12.pdf>. Acesso em julho/2013
- NETTO, Matheus Papaléo. Tratado de Gerontologia. Editora Atheneu Rio. 2ª Edição - Rio de Janeiro - 2007

APOIO:



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz



ESCOLA NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA
SERGIO AROUCA
ENSP

REALIZAÇÃO:



Coordenação de Gestão
de Pessoas



PREFEITURA DE
SÃO PAULO
SAÚDE