

# CUIDADO É FUNDAMENTAL

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro Escola de Enfermagem Alfredo Pinto

Anais do VII fórum nacional de mestrados profissionais em enfermagem

## RESUMO

**Prática educativa nutricional como ação de cuidado em uma instituição de longa permanência para idosos: relato de experiência**

Ana Giovana Medeiros de Oliveira<sup>1</sup>; Bruna Sayonara do Nascimento Miranda<sup>2</sup>; Kaligia Deininger de Oliveira<sup>3</sup>; Maria Aparecida Gouveia da Cunha Lourenço<sup>4</sup>

**Linha de Pesquisa:** Políticas e Práticas na Atenção à Saúde e Envelhecimento.

**Introdução:** O envelhecimento é um processo gradual, universal e irreversível, provocando uma perda funcional progressiva no organismo<sup>1</sup>. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a população idosa como aquela a partir dos 60 anos de idade<sup>2</sup>. As projeções estatísticas destacam que, o número de idosos brasileiros no período de 1950 a 2025, terá aumentado em quinze vezes, enquanto o restante da população, em cinco, embora essa mudança nem sempre seja acompanhada de uma melhora na qualidade<sup>3</sup>. Este aumento populacional reflete nas configurações familiares, uma vez

<sup>1</sup> Cirurgiã Dentista. Secretária Adjunta da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) do Município de João Pessoa. Paraíba. Brasil. Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Grupo Internacional de Estudos Pesquisa sobre Envelhecimento e Representações Sociais (GIEPERS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). [agioze@hotmail.com](mailto:agioze@hotmail.com).

<sup>2</sup> Terapeuta Ocupacional. Aluna especial na disciplina Dimensão Educativa do Envelhecimento do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). [brunafx@hotmail.com](mailto:brunafx@hotmail.com).

<sup>3</sup> Enfermeira. Diretora de Distrito Sanitário da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) do Município de João Pessoa. Paraíba. Brasil. Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Grupo Internacional de Estudos Pesquisa sobre Envelhecimento e Representações Sociais (GIEPERS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). [kaligiadeininger@gmail.com](mailto:kaligiadeininger@gmail.com).

<sup>4</sup> Nutricionista. Aluna especial na disciplina Dimensão Educativa do Envelhecimento do Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). [cida@unimedjp.com.br](mailto:cida@unimedjp.com.br).

que muitos não conseguem cuidar dos idosos e tem como opção, muitas vezes a única, buscar as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI). As instituições, por sua vez, tomam como responsabilidade o planejamento adequado da alimentação, considerando as características nutricionais e higiênico-sanitárias, de acordo com a Portaria n° 810, do Ministério da Saúde, sancionada em 1989, estabelece as normas para o funcionamento de instituições geriátricas<sup>4</sup>. O propósito dessas instituições é prestar uma assistência voltada para as necessidades de sobrevivência, como moradia, saúde, alimentação e convívio social. Concomitantemente, a institucionalização, dentre tantos impactos e mudanças, carrega consigo, as alterações do cotidiano do idoso, comprometendo o seu desempenho ocupacional, deste modo, impactando também nos hábitos alimentares, comprometendo o seu estado nutricional e promovendo a condição de fragilidade<sup>5</sup>. As práticas educativas devem ter como base o diálogo, e, em se tratando da saúde dos idosos, esta abordagem deve ser feita com maior apreço e cuidado, para que se crie um vínculo entre os envolvidos, promovendo a autoestima do idoso e dando-lhe o sentido de humanidade. É de fundamental importância a compreensão, por parte de todos os profissionais de saúde e cuidadores, das diversas alterações fisiológicas, anatômicas, psicológicas e funcionais que acompanham o processo de envelhecimento, que influenciarão na qualidade de vida, nas condições de saúde, como também em seu estado nutricional. A alimentação é fator determinante para a conservação da saúde, como também, a nutrição adequada. A nutrição é a variável externa principal que afeta a velhice<sup>6</sup>. Portanto, assegurar a participação da pessoa idosa no planejamento da alimentação diária e no preparo das refeições, possibilita o maior envolvimento com a alimentação. Assim, cria-se uma condição propícia para discutir a necessidade de eventuais mudanças nos procedimentos associados à compra, ao armazenamento, à higiene pessoal e ao preparo dos alimentos, a fim de facilitar o seu dia-a-dia e favorecer uma alimentação segura<sup>7</sup>. **Objetivos:** Relatar a experiência das autoras através de atividades de educação nutricional, no qual visou avaliar e promover hábitos alimentares saudáveis, e ofertar, por meio de atividades de educação nutricional com uma equipe interdisciplinar num grupo de idosos institucionalizados, na cidade de João Pessoa, Paraíba, Brasil. **Método:** Trata-se de relato de experiência das mudanças nos hábitos alimentares em um grupo de idosos institucionalizados, após intervenções a partir do conhecimento compartilhado entre os atores envolvidos, a partir do conhecimento compartilhado entre os envolvidos, na disciplina de Dimensão Educativa do Envelhecimento, no Programa de Mestrado Profissional em Gerontologia do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade

Federal da Paraíba (UFPB), realizado em novembro de 2016. **Resultado e Discussão:** Durante a realização de três visitas semanais, conhecemos as instalações físicas da Instituição, avaliamos os prontuários de todos os idosos, objetivando traçar o perfil dos mesmos: sexo, faixa etária, tempo de permanência na referida instituição, as patologias, o estado funcional, a avaliação bucal e a dieta prescrita; observamos os mantimentos disponíveis (a maioria doação) e o cardápio alimentar ofertado nas refeições. E por fim, desenvolvemos atividade lúdica que buscou contemplar a autonomia dos idosos, e procurou-se estabelecer uma relação empática por meio de conversas informais, visando aproximação para manter uma relação de confiança e atraí-los para a prática da atividade. Para tal, utilizou-se dos seguintes materiais: pirâmide alimentar com a grade de alimentação (café, almoço e jantar), onde foram apresentadas imagens (figuras) ilustrativas dos diferentes alimentos representando as refeições acima citadas. Observou-se que o interesse significativo por parte dos idosos, os quais expressaram suas dúvidas e curiosidades sobre a alimentação saudável e nutrição, favoreceu a integração e participação entre os atores envolvidos. Outro ponto relevante dentro deste contexto foi à motivação dos idosos em expor suas reais dificuldades/vontades para a adoção de ações que reduzam seus riscos e provoquem mudanças na alimentação. Os resultados foram surpreendentes, uma vez que os idosos que se encontram em ILPI, são geralmente pessoas passivas, sem iniciativas próprias para externar. No primeiro momento, foram demonstrados os alimentos que são oferecidos pela instituição referente a cada refeição. Este momento foi de extrema importância, pois foi realizado pelos próprios idosos. No segundo momento, foi apresentada uma nova pirâmide alimentar, na qual, os idosos deveriam demonstrar qual tipo de alimentação eles gostariam de ter, considerando a autonomia, desejo e vontades. Neste momento, identificou-se o quanto à realidade foge do desejo dos idosos. Contudo, percebeu-se que a realidade da instituição dificulta esse processo pelos fatores elencados anteriormente. Ao desenvolver este trabalho, levou-se em consideração a adequação da linguagem do conteúdo, utilizando figuras o que possibilitou uma melhor compreensão e interpretação pelos idosos. Vislumbrando atender as necessidades reais deste grupo, é fundamental instruir os idosos, a saber, e identificar suas necessidades básicas para que possam cumprir com satisfação essas ocupações por meio de mudanças, comportamentos, práticas e atitudes. Portanto, a proposta da ação de educação em saúde, surge como estratégia de cuidado para contribuir com os idosos a desenvolver sua autonomia considerando suas necessidades e vontades dentro da realidade em que vivem. Por fim, verificou-se a necessidade de compartilhar com os idosos as questões sobre

hábitos alimentares saudáveis, pois foram observadas as reais condições do estoque de alimentos, desde a segunda visita. Considerando que a instituição é categorizada como filantrópica, sem fins lucrativos e vinculada a entidade religiosa, recebem recursos financeiros por meio de doações e parte das aposentadorias dos idosos residentes, deste modo tornando restrita a variabilidade de alimentos oferecidos aos residentes. **Conclusão:** Espera-se que o estudo traga implicações reflexivas sobre a importância da nutrição da pessoa idosa e possíveis adequações do cardápio habitual, levando em consideração os mantimentos que são, na grande maioria, doações.

### Referências

1. MACIEL, M. G. Atividade física e funcionalidade do idoso. *Motriz*, Rio Claro, v.16 n.4, p.1024-1032, out./dez. 2010.
2. SANTOS, J. S; BARROS, M. D. de A. Idosos do Município do Recife, Estado de Pernambuco, Brasil: uma análise da morbimortalidade hospitalar. *Epidemiol Serv Saúde* 2008; 17(3): 177- 186. Disponível em: [http://scielo.iec.pa.gov.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-49742008000300003](http://scielo.iec.pa.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742008000300003). Acesso em: 09 nov. 16
3. CERQUEIRA, A.T; OLIVEIRA, N.I. Programa de apoio a cuidadores: uma ação terapêutica e preventiva na atenção à saúde dos idosos. *Psicol. USP*, 13, p. 133-50, 2002.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n° 810, de 22 de setembro de 1989. Normas para funcionamento de casas de repouso, clínicas e hospitais geriátricos e de outras instituições destinadas ao atendimento de idosos. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil*, Brasília; 27 de setembro de 1989. Seção I, p.17297-8.
5. MENEZES, R.L.; BACHION, M.M; SOUZA, J.T.; NAKATANI, A.Y.K. Estudo Longitudinal dos Aspectos Multidimensionais da Saúde de Idosos Institucionalizados. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol*, 14(3), p. 485-96, 2011.
6. MONTEIRO, M.A.M. Percepção sensorial dos alimentos, em idosos. *Revista espaço para saúde*, Londrina, 2009.
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Alimentação saudável para a pessoa idosa: um manual para profissionais de saúde / Ministério da saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009. 36 p. - (Série A. Normas e Manuais Técnicos)