

Promoção de saúde mental em um grupo de idosos através do pet-saúde/interprofissionalidade

Mental health promotion in a group of elderly through the pet-health/interprofessionality

DOI:10.34119/bjhrv4n3-069

Recebimento dos originais: 13/04/2021

Aceitação para publicação: 13/05/2021

Ana Paula Biazin

Acadêmica de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: anapaulabiazin@outlook.com

Mylena Lazareti Zanella

Graduação em Odontologia e mestranda em Odontologia pela Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: mylenazanella@gmail.com

Giovana Ciacci Zanella

Acadêmica de Medicina Veterinária da Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: giozanella113@gmail.com

Mayara Barbosa Prestes

Acadêmica de Psicologia da Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: mayaraprestes@hotmail.com

Sandra Maria Vanini

Graduação em Enfermagem e mestre em Educação pela Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: svanini@upf.br

Julia Cieslik Schreiner

Acadêmica de Medicina da Universidade de Passo Fundo
Universidade de Passo Fundo
Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900
E-mail: juliaschreiner_@hotmail.com

Juliana Secchi Batista

Graduação em Fisioterapia e mestre em Envelhecimento Humano pela Universidade de
Passo Fundo

Universidade de Passo Fundo

Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900

E-mail: julianasecchi@upf.br

Pâmela Natali Dal Ongaro Rodrigues

Acadêmica de Fisioterapia da Universidade de Passo Fundo

Universidade de Passo Fundo

Endereço: BR 285, São José, Passo Fundo/RS, CEP: 99052-900

E-mail: pamelan.ongaro@gmail.com

RESUMO

O suicídio é um problema de saúde pública mundial que afeta pessoas de diferentes idades, raças e classes sociais, sendo que a terceira idade é extremamente vulnerável à doenças mentais, tornando-os candidatos ao suicídio. Este relato de experiência foi produzido a partir da observação das atividades práticas realizadas através do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde, em uma Estratégia de Saúde da Família localizada na cidade de Passo Fundo-RS, durante o mês de setembro de 2019. Indicando que a atividade em grupo é um forte auxiliar na formação de uma rede de apoio social, na melhora da qualidade de vida e na integração da população idosa com os serviços de saúde. A atividade e seus resultados positivos enfatizam a importância do grupo para a comunidade e a necessidade de manter e desenvolver tais atividades a longo prazo.

Palavras-Chave: Idoso, Saúde Mental, Multidisciplinaridade, Promoção À Saúde.

ABSTRACT

Suicide is a worldwide public health problem that affects people of different ages, races and social classes, being that the elderly are extremely vulnerable to mental illnesses, making them candidates to suicide. This experience report was produced from the observation of practical activities carried out through the Education through Work for Health Program, in a Family Health Strategy located in the city of Passo Fundo-RS, during the month of September 2019. Indicating that the group activity is a strong auxiliary in the formation of a social support network, in the improvement of quality of life, and in the integration of the elderly population with health services. The activity and its positive results emphasize the importance of the group for the community and the need to maintain and develop such activities in the long term.

Keywords: Elderly, Mental Health, Multidisciplinary, Health Promotion.

1 INTRODUÇÃO

O suicídio é um problema de saúde pública mundial que afeta pessoas de diferentes idades, raças e classes sociais e ocorre quando o indivíduo não encontra outra forma de lidar com o seu sofrimento, a não ser a retirada da própria vida. Ele normalmente resulta de um longo período de desequilíbrio da saúde mental e está cada vez mais

presente na sociedade, causando dor e luto de familiares e amigos. A terceira idade é extremamente vulnerável à depressão e outras doenças mentais como ansiedade, bipolaridade e demência e isto os torna perigosos candidatos ao ato do suicídio. É sabido também que as chances das tentativas de suicídio serem eficazes são maiores em pessoas com a idade avançada. A solidão, aposentadoria, falta de contato íntimo, doenças e dores crônicas, perda da independência, dificuldade de manter uma relação familiar saudável e o luto são fatores de risco que estão relacionados ao comportamento suicida em idosos (Conejero, Ismael et al.). A fim de trabalhar estas questões, é de suma importância a adequação do olhar perante o envelhecimento saudável, englobando todos os seus aspectos e garantindo a todos os seus direitos de cidadania. Portanto, faz-se necessário a presença de maiores pesquisas relacionadas à saúde mental e com o potencial de atuação da saúde pública (Oliveira, Vinícius et al.).

O Programa de Educação para o Trabalho em Saúde (PET-Saúde/ Interprofissionalidade) é uma estratégia do Ministério da Saúde para qualificação dos profissionais da saúde, em conjunto com a formação de estudantes de graduação da área da saúde em ações práticas de iniciação ao trabalho em consonância com as necessidades do SUS. O PET-Saúde tem como pressuposto a educação para o trabalho, sendo um importante dispositivo voltado para o fortalecimento das ações de integração ensino-serviço-comunidade, por meio de atividades que envolvem o ensino, a pesquisa, a extensão universitária e a participação social. No município de Passo Fundo-RS, os cursos que integram o projeto são: educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, fonoaudiologia, medicina, medicina veterinária, nutrição, odontologia e psicologia. Dentro das propostas previstas para o desenvolvimento do projeto está a inclusão do matriciamento.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A produção deste relato de experiência se deu a partir da observação das atividades práticas na Estratégia de Saúde da Família (ESF). Trata-se da descrição de uma atividade realizada no mês de setembro de 2019 na ESF do Bairro Jaboticabal do município de Passo Fundo - RS e consistiu nas seguintes etapas: pesquisa sobre o tema a ser abordado, elaboração de um cronograma de atividades, rodas de conversa com as integrantes do grupo para identificar suas necessidades, matriciamento acerca do assunto, desenvolvimento de ações de acordo com as demandas encontradas, realização das ações e relato das atividades.

O grupo chamado Qualidade de Vida, onde foram reunidas mulheres que se sentiam solitárias em suas casas, para rodas de conversa e descontração dentro da UBS. Durante os encontros as mulheres confeccionam artesanato a partir do conhecimento trocado entre elas, com materiais doados ou proveniente de reciclagem. Ao longo da realização das atividades há momentos de conversas, compartilhamento de experiências e de histórias durante os encontros.

Durante o mês de setembro, em alusão à prevenção do suicídio, uma aluna do curso de Psicologia, integrante do projeto, realizou um matriciamento sobre esse assunto tão importante. Após isso, iniciou-se a elaboração de diversas atividades que poderiam ser realizadas com um grupo.

Foram criadas atividades de modo que todos os integrantes do grupo PET-Saúde pudessem reproduzi-las. Dentre elas, rodas de conversa sobre saúde mental, valorização da vida, prevenção do suicídio, autoestima, autocuidado, dinâmicas que visavam a solidariedade, amor ao próximo, além de relatos sobre situações vivenciadas que remetiam à tristeza e solidão. Foram elaborados e distribuídos pela ESF cartazes e posters informativos sobre o Setembro Amarelo. E ainda, o ensaio da música “É Preciso Saber Viver” com as participantes do grupo, para uma apresentação realizada na UBS. Após a apresentação, foram entregues flores confeccionadas pelas participantes em alusão à valorização da vida .

3 RESULTADOS

Observamos através de visitas domiciliares e de matriciamento do bairro o alto índice desta população idosa sofrendo com depressão, portanto realizamos e organizamos esta atividade grupal através das necessidades evidenciadas na comunidade. Devido a isso, o grupo Qualidade de Vida se concretizou com o objetivo de promoção da saúde da pessoa idosa, visto que grande maioria desta população do bairro não tinha um local com atividades que possibilitam convívio social e momentos de lazer, interações e trocas entre os participantes desta faixa etária.

Fica evidente que o grupo é um forte auxiliar na formação de uma rede de apoio social, na melhora de qualidade de vida e na integração desta população com os serviços de saúde, principalmente no que diz respeito a abordagem de assuntos que são de demanda dos participantes e que acabam sendo orientados e informados, cuja atuação visa à promoção da saúde e da qualidade de vida de forma resolutiva.

Acredita-se que o grupo proporcionou uma nova realidade para estas idosas, que antes pouco saíam de suas residências e acabavam ficando envolvidas com os afazeres diários do lar, mantinham-se ocupadas somente com isto, não participando ou tendo acesso a atividades que proporcionam informações, conhecimento e até mesmo momentos de lazer. Destaca-se uma transformação importante, pois passaram a interagir mais com as pessoas da comunidade, a sair mais de casa, ter maior independência e autonomia e preocupação com seu bem-estar físico, mental e social, formando vínculos de amizades, vínculos com a equipe e os serviços de saúde e com os próprios sentimentos, que passaram a ser manifestados e levados em consideração na busca de uma melhor qualidade de vida.

Mostrou-se de extrema relevância a abordagem do suicídio para as mulheres idosas participantes do grupo. O tema teve uma boa aceitação, uma vez que atualmente esse tópico é visto como tabu pela sociedade. Durante o debate sobre o assunto, elas foram capazes de expressar suas percepções, trazendo suas vivências pessoais e familiares. Vale ressaltar que diante desta questão tão complexa é preciso continuar abordando este tema nas ações cotidianas da atenção básica, e não apenas no mês de setembro.

4 CONCLUSÃO

A realização da atividade e os seus resultados positivos enfatizaram a importância do grupo para a comunidade e a necessidade de continuar e criar mais grupos e exercícios como esses. Visto a alta incidência de suicídios no sexo masculino, a criação de grupos de apoio e de abordagem desse tema para os homens se faz necessária. A depressão é extremamente subnotificada na terceira idade e as tentativas de suicídio nessa faixa etária são, infelizmente eficazes, ou seja, o diagnóstico e identificação de comportamentos depressivos e suicidas deve ser precoce, para evitarmos fatalidades.

REFERÊNCIAS

1. CONEJERO I.; OLLIÉ E.; COURTET P.; CALATI R. Suicide in older adults: current perspectives. *Clin Interv Aging*. 2018;13:691-699. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29719381/>. Acesso em 07 de set. de 2020.
2. DE OLIVEIRA V.; DE OLIVEIRA L.; ROCHA M.; LEITE A.; LISBOA R.; ANDRADE K. Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*. 2021; 4(1):3718-3727. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/25339/20220>. Acesso em 16 de abr. de 2020.