

A educação em saúde e o bem-estar do idoso em meio a pandemia

Health education and the well-being of the elderly in the midst of the pandemic

DOI:10.34119/bjhrv4n3-143

Recebimento dos originais: 05/04/2021

Aceitação para publicação: 03/05/2021

Ana Paula Vedana Marin

Formação acadêmica: em andamento ensino superior, 8 nível, curso de Medicina.

Instituição de atuação atual: Universidade de Passo Fundo

Endereço completo: Paissandu, 1932, bairro Boqueirão, Passo Fundo - RS

E-mail: anavedanamarin@gmail.com

Bruna Zanatta de Freitas

Formação acadêmica - em andamento ensino superior, 8º nível, curso de Medicina

Instituição de atuação atual - Universidade de Passo Fundo

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir) - Rua Uruguai, 1196, apto 202. Passo Fundo/RS.

E-mail - bruunamx@gmail.com

Carolina Garcia Poltronieri

Formação acadêmica mais alta: em andamento, 5 nível, medicina.

Instituição de atuação atual: Universidade de Passo Fundo

Endereço completo (pode ser institucional ou pessoal, como preferir): Rua Fagundes dos Reis, 231, apto 1404, centro, Passo Fundo - RS

E-mail: carolgpolygonieri@gmail.com

Fernanda Raquel Polli

Formação acadêmica: em andamento, 7 nível, medicina

Instituição de atuação atual: Universidade de Passo Fundo

Endereço completo: avenida Brasil oeste, 677, ap 1402, centro, Passo Fundo-RS

E-mail: 175162@upf.br

Luiza Mattos Volpi

Formação acadêmica: em andamento, 8 nível, medicina.

Instituição de atuação atual: Universidade de Passo Fundo

Endereço completo: Avenida Brasil 320, apto 805, Centro, Passo Fundo - RS

E-mail: lumvolpi@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

O acelerado envelhecimento populacional é um fenômeno presente em escala global. Como consequência, é notório o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares, diabetes melitus e hipertensão

arterial sistêmica (COSTA et al., 2016). Nesse contexto epidemiológico, a obesidade figura como DCNT de importante prevalência, além de fator de risco modificável associado as outras DCNT. (SILVEIRA et al., 2018)

Em especial durante a pandemia do COVID-19, o manejo da obesidade e demais DCNT tornou-se um desafio. O período de isolamento dificultou o controle dessas doenças, fato relacionado a diminuição do acompanhamento clínico de doenças crônicas, a dificuldade em manter exercícios físicos regulares e, inclusive, pela potencial diminuição do autocuidado secundária a sintomas depressivos, exigindo ainda mais atenção ao tema. (FILHO, 2020)

Diante do exposto, torna-se explícita a necessidade de intervenções nos diversos fatores relacionados às DCNT que prejudicam o envelhecimento saudável e a qualidade de vida do idoso (SILVA et al., 2020), em especial durante o período de pandemia e isolamento social. Neste contexto, A Liga Acadêmica de Clínica Médica da Universidade de Passo Fundo (LACM-UPF) juntamente com o Centro de Referência e Atenção ao Idoso da Universidade de Passo Fundo (CREATI – UPF) realiza quinzenalmente aulas sobre temas relevantes ao público em questão, ministradas através de videoconferência.

Diante disso, o presente trabalho tem por objetivo descrever a experiência da LACM-UPF em uma aula ministrada com foco na obesidade em meio a pandemia do COVID-19 e promover discussão sobre o papel de práticas integrativas de educação em saúde no bem-estar e na saúde do idoso durante a pandemia do COVID-19.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, sobre aula ministrada pela Liga Acadêmica de Clínica Médica da Universidade de Passo Fundo abordando como tema principal a obesidade em meio a pandemia de COVID-19. A atividade foi realizada por meio de Live na Plataforma Facebook promovida na página do Centro de Referência e Atenção ao Idoso da Universidade de Passo Fundo, respeitando orientações de distanciamento social e utilizando redes sociais de fácil acesso. A atividade foi desenvolvida por estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade de Passo Fundo, integrantes da LACM-UPF. A aula foi realizada por meio de explanação inicial seguida pela fomentação de diálogos informais com integrantes do CREATI-UPF. O tema abordado foi selecionado a partir de demandas pautadas pelos integrantes da LACM-UPF e coordenadores do CREATI-UPF e pela análise do contexto atual e de patologias prevalentes.

3 RESULTADOS

A pandemia do COVID-19 levou à adoção do isolamento social como principal medida de contenção do vírus. A população idosa representa o principal grupo de risco da doença, sendo assim, a recomendação primordial para a terceira idade durante esse período é a de permanecer em casa.

Além do coronavírus, DCNT também apresentam-se como desafios a serem manejados durante a pandemia. Fato associado a variáveis como o menor acompanhamento clínico de doenças crônicas, a dificuldade em manter uma rotina de exercícios físicos regulares e a potencial diminuição do autocuidado devido a sintomas depressivos. (FILHO, 2020)

Nesse contexto, a fim de manter a qualidade de vida, a saúde e a interação social dos idosos, foi necessária a reinvenção de diversos projetos e sua adaptação às plataformas digitais. A exemplo do Centro de Referência e Atenção ao Idoso da Universidade de Passo Fundo, o qual promove atividades interativas por meio de Lives no Facebook, anteriormente realizadas de forma presencial. Nessa perspectiva, através de parceria com a Liga de Clínica Médica da Universidade de Passo Fundo, foi realizada uma palestra online aos idosos sobre a obesidade em meio a pandemia do COVID-19.

O objetivo projetado foi desmitificar certos estigmas intrínsecos à obesidade, assim como fazer-lhes compreender essa condição como uma doença crônica que vai além dos padrões estéticos. Ademais, ao final da palestra, os participantes foram orientados sobre práticas de alimentação saudável e exercícios físicos aplicáveis à realidade do isolamento social, bem como foi aberto um espaço para dúvidas e comentários. Durante a aula, houve a participação de cerca de 40 idosos e, após a apresentação, o vídeo ficou disponível ao público geral, tornando possível a marca de 1.500 visualizações.

A ferramenta de videoconferência online foi escolhida para que o público não ficasse apenas no papel de ouvinte, mas pudesse interagir por meio de perguntas, comentários e relatos de experiência. A dinâmica colocou os discentes integrantes da LACM em um papel ativo no ensino, bem como tornou possível estabelecer um ambiente de aprendizagem participativo, promovendo a troca de experiências entre os participantes e um momento de interação.

A aula ministrada online, transmitida através do Facebook e gravada para posteriormente ser assistida, permitiu ampliar a disseminação de conhecimento acerca de assuntos relevantes, como a obesidade, expandindo o alcance de práticas de educação em

saúde. Outrossim, além gerar aprendizado, a metodologia utilizada permitiu um ambiente de descontração e interação social, promovendo bem-estar, autocuidado, e entretenimento durante o período de isolamento.

Esse formato de atividade, no entanto, é dependente da internet e dos aparelhos eletrônicos do usuário, sendo sujeita a interferências por problemas de rede, como foi o caso de alguns alunos do CREATI, apontando a necessidade de melhor orientação quanto a esses fatores.

4 CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aula sobre obesidade por videoconferência em meio a pandemia do COVID-19 mostrou-se promotora de saúde e articuladora entre os discentes integrantes da LACM-UPF e o público do CREATI-UPF. A participação ativa dos idosos promoveu um ambiente de aprendizagem interativa, bem-estar e interação social, permitindo a abordagem científica da obesidade juntamente à troca de experiências entre os participantes. O ambiente virtual permitiu um amplo alcance do conteúdo trabalhado, apresentando-se como uma próspera metodologia complementar ao ensino em saúde, embora ainda seja necessário melhores orientações quanto aos fatores tecnológicos envolvidos. Assim, a exemplo da atividade relatada, práticas integrativas em saúde aplicadas ao ambiente virtual apontam para novas perspectivas de cuidado que ultrapassam as barreiras da presencialidade, tornando-se relevantes especialmente ao público idoso durante o período de isolamento social.

Palavras-chave: Idoso. Educação. Saúde. Pandemia.

REFERÊNCIAS

1. SILVEIRA, Erika Aparecida et al. Elevada prevalência de obesidade abdominal em idosos e associação com diabetes, hipertensão e doenças respiratórias. *Ciência & Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 23, n. 3, p. 903-912, mar. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018233.01612016>.
2. COSTA, Caroline dos Santos et al. Obesidade geral e abdominal em idosos do Sul do Brasil: resultados do estudo como vai?. *Ciência & Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 21, n. 11, p. 3585-3596, nov. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152111.02492016>.
3. FILHO, João Modesto. Doenças crônicas e pandemia da Covid-19. 2020. Conselho Regional de Medicina da Paraíba. Disponível em: http://www.crm-pb.org.br/index.php?option=com_content&view=article&id=23113:2020-05-09-00-45-15&catid=3. Acesso em: 08 setembro 2020
4. SILVA, Deisiane dos Santos et al. Alterações metabólicas e cardiovasculares e sua relação com a obesidade em idosos. *Brazilian Journal Of Health Review*, [S.L.], v. 3, n. 3, p. 4357-4369, 2020. *Brazilian Journal of Health Review*. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv3n3-036>.