UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL
CÂMPUS DE COXIM
CURSO DE ENFERMAGEM

AMANDA BICHOFF

SAÚDE EM DIA PARA PESSOA IDOSA: EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA NA DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

COXIM-MS
2025

AMANDA BICHOFF

SAÚDE EM DIA PARA PESSOA IDOSA: EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA NA DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Trabalho de Conclusão de Curso, sob a forma de artigo científico apresentado à Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, como parte dos requisitos para obtenção do título Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Dr. João Paulo Assunção Borges.

COXIM-MS
2025

Saúde em Dia para Pessoa Idosa: experiência extensionista na década do envelhecimento saudável

Resumo: *O processo de envelhecimento populacional é uma realidade no mundo todo, ocasionando maior atenção à saúde da pessoa idosa. O Projeto Saúde em Dia faz parte das ações desenvolvidas no âmbito extensionista do programa institucional Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UnAPI) que organiza, promove e fortalecer o desenvolvimento de ações integradas de ensino, pesquisa e extensão que tenham como foco a valorização da pessoa idosa na sociedade e a qualificação dos serviços e das políticas sociais públicas voltadas a este segmento populacional. Trata-se de um relato da experiência extensionista com objetivo de descrever e analisar as ações desenvolvidas no Projeto de Extensão "Saúde em Dia para Pessoa Idosa", além de analisar os impactos da prática extensionista na perspectiva docente e suas contribuições no processo de formação acadêmica. No âmbito desse projeto, são realizadas ações de educação e promoção da saúde, tendo como temas o envelhecimento saudável, ativo e participativo.*
Palavras-chave: *Saúde da pessoa idosa. Pessoa Idosa.*
Área Temática: *Políticas Públicas.*

Health in Day for the Elderly: extensionist experience in the decade of healthy aging

Abstract: *The process of population aging is a reality throughout the world, causing greater attention to the health of elderly people. The Health in Day Project is part of the actions developed within the extension scope of the institutional program Universidade Aberta à Pessoa Idosa, which organizes, promotes and strengthens the development of integrated teaching, research and extension actions that focus on valuing the elderly. in society and the qualification of services and public social policies aimed at this population segment. This is a report of the extensionist experience with the objective of describing and analyzing the actions developed in the Extension Project Health in Day for the Elderly, in addition to analyzing the impacts of extensionist practice from the teaching perspective and its contributions to the academic training process. Within the scope of this project, education and health promotion actions are carried out, with healthy, active and participatory aging as themes.*
Keywords: *Elderly health. Elderly.*
Thematic Area: *Public Policies.*

La Salud en la Jornada del Adulto Mayor: experiencia extensionista en la década del envejecimiento saludable

Resumen: *El proceso de envejecimiento poblacional es una realidad en todo el mundo, provocando una mayor atención a la salud de las personas mayores. El Proyecto Saúde em Dia forma parte de las acciones desarrolladas en el ámbito de extensión del programa institucional Universidade Aberta à Pessoa Idosa, que organiza, promueve y fortalece el desarrollo de acciones integradas de docencia, investigación y extensión enfocadas a la valorización de las personas mayores en la sociedad y la calificación de los servicios y políticas públicas sociales dirigidas a este segmento de la población. Este es un informe de la experiencia extensionista con el objetivo de describir y analizar las acciones desarrolladas en el Proyecto de Extensión "Saúde em Dia para Pessoa Idosa", además de analizar los impactos de la práctica extensionista desde la perspectiva docente y sus aportes al ámbito académico. proceso de entrenamiento. En el ámbito de este proyecto se llevan a cabo acciones de educación y promoción de la salud, teniendo como temática el envejecimiento saludable, activo y participativo.*
Palabras clave: *Salud del anciano. Anciano.*
Área Temática: *Políticas Públicas.*

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento populacional é uma realidade no mundo todo. Em países em desenvolvimento, como o Brasil, este processo ocorre de forma acentuada. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no Brasil a população idosa cresce exponencialmente, ultrapassando 32 milhões de pessoas idosas, segundo o Censo 2022, o que corresponde a 15,6% da população. É notório o aumento da população de idosos, comparando os anos de 1940, 1980 e 2020 (OPAS, 2023). Estas mudanças caracterizam o processo conhecido como transição demográfica, em que se alterna a proporção de crianças e jovens, para uma população predominantemente adulta e da pessoa idosa.

A transição demográfica contribui, entre outras repercussões, com mudanças no perfil epidemiológico, em que proporcionalmente ocorre redução de casos de doenças infectocontagiosas e aumento de doenças crônicas não transmissíveis, relacionadas ao estilo de vida. Dentre elas estão a hipertensão, a diabetes, as doenças cardiovasculares, as doenças respiratórias e os cânceres. É fundamental que os profissionais de saúde, com destaque para a enfermagem, conheçam e diferenciem as alterações do envelhecimento e suas fragilidades. Atenção especial deve ser dispensada ao conhecimento das diferenças entre as alterações fisiológicas do envelhecimento (senescência) e as mudanças patológicas ou de senilidade associadas ao processo de envelhecimento para acompanhar e monitorar as necessidades da pessoa idosa, em nível individual e coletivo (Silverstein; Pitheckoff; Dugan, 2019).

A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) descrita na Portaria Nº 2.528, de 2006, apresenta as diretrizes e recomendações que devem nortear as ações de saúde para a pessoa idosa. É com base nessa política que os profissionais de saúde planejam as ações que serão desenvolvidas para a pessoa idosa. A principal meta da PNSPI é promover uma atenção adequada e digna a todos. Além disso, atuar com mais atenção à saúde daqueles que vivem um processo de envelhecimento prejudicado por doenças e agravos que interferem na sua qualidade de vida e no seu bem-estar (Ministério da Saúde, 2018).

Diversos estudos sobre o envelhecimento buscam compreender o desenvolvimento humano e os desafios enfrentados ao longo da vida como fatores que podem contribuir para o envelhecimento saudável e com qualidade de vida. Até 2030, o mundo vivencia a década do envelhecimento saudável e ativo, com vistas à conscientização e valorização da pessoa idosa não apenas referente às mudanças na saúde física, mas também evidenciando as transformações sociais, psicológicas, culturais e econômicas que permeiam o envelhecimento (OPAS, 2022).

O programa Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UnAPI) da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (UFMS) visa organizar, promover e fortalecer o desenvolvimento de ações integradas de ensino, pesquisa e extensão com foco na valorização da pessoa idosa na sociedade e na melhoria dos serviços e políticas sociais públicas destinados a essa população. No ano de 2011, a UFMS criou o programa com ações centradas em quatro eixos: (1) inclusão social, com ações de extensão, cultura e esportes para a pessoa idosa; (2) assistência à saúde, orientação jurídica e atenção biopsicossocial; (3) divulgação e popularização, com iniciativas para democratizar e popularizar o conhecimento científico relacionado às pessoas idosas. Desde então, diversos projetos foram incorporados no escopo do programa de extensão, alcançando cada vez mais participantes e proponentes de ações.

OBJETIVOS

Este artigo tem como objetivos descrever e analisar as ações desenvolvidas no Projeto de Extensão “Saúde em Dia para Pessoa Idosa”. Especificamente, objetivou-se analisar os impactos da prática extensionista na perspectiva docente e suas contribuições no processo de formação acadêmica.

METODOLOGIA

Trata-se de relato de experiência que descreve e analisa as ações do projeto de extensão universitária " Saúde em Dia para Pessoa Idosa ", parte do Programa UnAPI, no âmbito da UFMS, câmpus de Coxim, na região norte de Mato Grosso do Sul. As atividades iniciaram em março de 2023 e encontram-se em andamento. Por se tratar de um programa de extensão institucional, não há previsão para encerramento.

Os objetivos deste projeto de extensão são promover ações de educação em saúde, com foco na promoção da saúde e prevenção de agravos e complicações. Além disso, inserir acadêmicos do Curso de Enfermagem nos espaços comunitários, aproximando-os das pessoas idosas nas diferentes interfaces da vida social, bem como implementar atividades e ações diversificadas sobre temas da área da saúde para a pessoa idosa, com destaque para o estilo de vida, hábitos saudáveis e doenças crônicas não transmissíveis.

A metodologia do projeto compreende ações de educação em saúde, realizadas semanalmente em grupos, oficinas e rodas de conversa, que são previamente planejadas com base em diagnósticos participativos com a comunidade. O planejamento envolve reuniões com os idosos e profissionais da área da saúde para identificar necessidades específicas. Além disso, são elaborados materiais didáticos e informativos de forma colaborativa. As ações utilizam a abordagem da Educação Popular

em Saúde, promovendo a integração entre os saberes populares e técnicos-científicos, com protagonismo da pessoa idosa no processo educativo.

A produção deste relato ocorreu a partir de documentos e arquivos escritos do projeto de extensão, das experiências e relatos dos participantes e componentes da equipe executora, formada por docentes, técnicos em educação e estudantes dos cursos da UFMS, destacadamente do Curso de Enfermagem. Os critérios utilizados para sistematizar o relato da experiência foram: a descrição das ações, do público-alvo, dos métodos utilizados e dos objetivos alcançados; a descrição dos principais achados da experiência no processo de formação dos estudantes; o papel do docente no planejamento e na implementação das ações; pontos fortes e entraves na execução do projeto de extensão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ações são realizadas por docentes, técnico-administrativos e acadêmicos do curso de graduação em Enfermagem da UFMS, Câmpus de Coxim, além de profissionais de saúde do município. As ações têm como público-alvo os idosos da comunidade coxinense e que frequentam o Centro de Convivência do Idoso (CCI "Real Idade") (FIGURA 1). A proposta desse projeto encontra-se alinhada ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, que propõe assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Também pode ser relacionado ao ODS 2: Acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e melhoria da nutrição e promover a agricultura sustentável, assim como o ODS 4: Assegurar a educação inclusiva e equitativa e de qualidade, e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos.

Figura 1 – Divulgação das ações do projeto de extensão Saúde em Dia para Pessoa Idosa.
Fonte: Arquivos do projeto.

Os temas abordados até o momento foram: a) Envelhecimento saudável, senescência e senilidade; b) Promoção da saúde e prevenção de doenças, como foco no estilo de vida; c) Doenças Crônicas Não-transmissíveis: Hipertensão Arterial, Diabetes, Obesidade, Depressão/Saúde Mental; d) Dengue, Zika e Chikungunya (arboviroses); e) Primeiros Socorros; f) Cuidados com queimaduras; g) Cuidados com a pele da pessoa idosa; h) Alimentação saudável e reaproveitamento de alimentos; i) Prática de atividade física; j) Prevenção de quedas; k) Vacinação para a pessoa idosa; l) Uso racional e correto de medicações; m) Saúde bucal para pessoa idosa; n) Oficinas com Práticas Integrativas e Complementares em Saúde; o) Prevenção de violência contra pessoa idosa; p) Saúde da Mulher idosa; q) Gerenciamento de resíduos e reciclagem.

Eventualmente, durante as ações são realizados atendimentos individuais de Enfermagem, com aferição de pressão arterial, testes de glicemia, verificação da situação vacinal, mensuração do peso, altura e obtenção do índice de massa corporal (IMC), testes de memória/concentração, orientações gerais e aconselhamento em saúde. Em consonância com as atividades de educação em saúde, também são oferecidas atividades lúdicas, como jogos e dinâmicas em grupo, e culturais, como músicas e apresentações teatrais, que proporcionam maior envolvimento e participação do público-alvo.

A Educação Popular em Saúde (EPS) compreende práticas, experiências e movimentos sociais que acumulam saberes e ampliam ideias, metodologias, abordagens e tecnologias de relacionamento entre os profissionais de saúde e a comunidade. Nessa perspectiva, os atores sociais convergem para a construção de serviços com um olhar dialógico, humanizado e integrado com a escuta e a inclusão (Ministério da Saúde, 2016; Stotz, 2020; Cruz *et al.* 2024). A EPS apresenta-se como um referencial significativo na orientação da construção de espaços, iniciativas e experiências concretas para o desenvolvimento crítico de trabalhos sociais e educativos, conectados com a realidade social e com a vida em comunidade nos territórios (Ministério da Saúde, 2016; Stotz, 2020). Sendo assim, a EPS mobiliza indivíduos e coletividade a se organizarem na formulação e desenvolvimento de um agir crítico, participativo e transformador da realidade, utilizando-se da pesquisa, ensino e ação social.

Por intermédio de grupos educativos e terapêuticos, de projetos, de espaços de escuta e encontro comunitário, de ações de apoio social e solidariedade, de oficinas, cursos populares e criação de espaços de organização local, pode-se proporcionar condições para um envelhecimento saudável,

participativo e colaborativo. Os atores sociais de diferentes lugares e com variadas experiências em movimentos sociais tornam-se protagonistas em práticas populares, por meio de estudantes, técnicos e professores universitários, trabalhadores e trabalhadores da área da saúde e demais áreas sociais, como educação, meio ambiente, assistência social, entre outras (Ministério da Saúde, 2016; Stotz, 2020).

A experiência dos acadêmicos possibilita colocar em prática conteúdos e conhecimentos científicos adquiridos nas atividades de ensino de graduação. Em ações como as descritas anteriormente, os alunos podem de construir seu próprio conhecimento, por meio da conjunção de saberes populares e científicos, além de possibilitar trocas e integração com segmentos populacionais em diferentes realidades socioculturais (Luz; Baldwig, 2019).

Na perspectiva docente, é notório que as atividades de extensão e interação comunitária enriquecem o processo didático-pedagógico. Parte das ações é desenvolvida como prática extensionista da disciplina curricular de Enfermagem na saúde da pessoa idosa, contribuindo para a curricularização da extensão universitária, no processo de formação profissional. Ademais, as experiências e vivências dos acadêmicos junto aos indivíduos, suas famílias e coletivos contribuem para otimizar o desenvolvimento de habilidades e competências necessárias para um processo formativo mais efetivo e de melhor qualidade (Luz; Baldwig, 2019; Silverstein; Pitheckoff; Dugan, 2019).

Sob essa ótica, a atuação docente compreende o planejamento e desenvolvimento dos projetos de extensão, oportunizando atividades de gestão aliadas ao ensino e pesquisa. Dentre as principais atividades do docente, constata-se a elaboração dos projetos, seleção dos alunos e demais extensionistas, provisão de recursos e dimensionamento dos participantes e distribuição das ações. O docente também tem papel fundamental na supervisão e avaliação das ações e desempenho dos extensionistas, além de motivar e incentivar novas iniciativas (Corrêa-Silva; Gonçalves, 2017; Santa Anna, 2020).

Outro ponto a ser destacado é o da intergeracionalidade, pois iniciativas como esta promovem a aproximação, o convívio e as trocas de saberes entre indivíduos de diferentes faixas etárias e gerações, contribuindo para dirimir traços do etarismo ou idadismo por meio da valorização e respeito à pessoa idosa (Silverstein; Pitheckoff; Dugan, 2019; Castro *et al*., 2024). Nesse ínterim, o envelhecimento bem-sucedido compreende a prevenção de agravos e doenças, por meio da detecção dos fatores de risco; preservação da capacidade funcional e cognitiva, com avaliação

multidimensional da pessoa idosa; e por meio do envolvimento e participação da população idosa nas atividades sociais e comunitárias (Castro *et al.*, 2024).

Em síntese, a experiência proporcionada na prática extensionista desempenha papel relevante na promoção da saúde, da qualidade de vida, do bem-estar e da inclusão social da pessoa idosa. As diversas ações realizadas até o momento demonstram a relevância social e pedagógica do projeto na perspectiva da promoção do envelhecimento saudável, ativo e participativo, além de ratificar a integração intergeracional. Implementar ações de extensão constitui espaço de aprendizado, troca de experiências e saberes, com vistas à formação de profissionais capazes de oferecer um cuidado holístico, integral e humanizado em saúde.

As ações extensionistas fortalecem o vínculo e os elos entre meio acadêmico e a sociedade, beneficiando as instituições envolvidas, promovendo a ampliação e a aplicação do conhecimento e alcançando a comunidade em geral no contexto em que a universidade está inserida. Neste sentido, a extensão promove uma relação sinérgica entre a universidade e a sociedade, de tal forma que o conhecimento construído no ambiente acadêmico chega até a população na comunidade influenciando a vida e a sociedade como um todo. Salienta-se que os achados deste relato de experiência não esgotam o debate acerca da extensão universitária e sua relevância no âmbito social. A cooperação interinstitucional e incentivo da gestão dos diferentes níveis governamentais, aspectos positivos nesta experiência, são essenciais para a prática extensionista e inserção da universidade na comunidade. Por outro lado, emergem novos questionamentos e reflexões acerca dos entraves e dificuldades vivenciadas. Outros estudos devem abordar as contribuições e impactos no desempenho dos participantes e das equipes executoras, alcance de objetivos e desdobramentos a longo prazo, consideradas limitações deste estudo.

CONCLUSÕES

A implementação do projeto "Saúde em Dia para Pessoa Idosa", evidencia o quanto é necessário compreender o processo de saúde e adoecimento das pessoas idosas, identificar suas capacidades funcionais, suas condições sociais e sua qualidade de vida para a promoção da educação em saúde para essa população. É imperativo desenvolver abordagens de cuidado à saúde da população idosa, que levem em consideração as variações nas condições de saúde desse grupo e que respeitem suas particularidades e características únicas. As atividades proporcionaram momentos e ambientes acolhedores, respeitosos e de valorização à pessoa idosa. A extensão universitária deve ser cada vez

mais impulsionada como importante alicerce no processo pedagógico de ensino-aprendizado, constituindo importante recurso para a construção coletiva de conhecimento e saber popular.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). Orientações Técnicas para a Implementação de Linha de Cuidado para Atenção Integral à Saúde da Pessoa Idosa no Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília: MS; 2018. Disponível em: https://repositoriopessoaidosa.icict.fiocruz.br/linha-de-cuidado-para-atencao-integral-saude-da-pessoa-idosa. Acesso em: 19 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. *Ideias e dicas para o desenvolvimento de processos participativos em Saúde [Internet]*. Brasília: MS; 2016. Disponível em: https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2016/novembro/10/Ideias-Dicas-P-Participativos-2016-10-04-final-final.pdf. Acesso em: 18 set. 2024.

CASTRO, Ana Paula Ribeiro de; PINTO, Antônio Germane Alves; GUIMARÃES, José Maria Ximenes; TORRES, Geanne Maria Costa; MORAIS, Ana Patrícia Pereira. Intergeracionalidade e promoção da saúde: reflexões e desafios na atenção à pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia,* v. 27, p. e230093, 2024.

CORRÊA-SILVA, Ana Maria; PENHA, Natália Ribeiro da; GONÇALVES, Josiane Peres. Extensão universitária e formação docente: contribuições de um projeto de extensão para estudantes de pedagogia. *Rev. Form. Docente*, v. 9, n. 1, jan./jun. 2017.

CRUZ, Pedro José Santos Carneiro; BRITO, Pedro Nascimento Araújo; SANTANA, Elôysa Laura Pereira de; SILVA, José Carlos da; BARBOSA, Daniella de Souza; MORAES, Odara Alves. Educação popular no SUS: desafios atuais no olhar do Observatório de Educação Popular em Saúde e Realidade Brasileira. *Ciênc. Saúde Coletiva*, v. 29, n. 6, p. e17132023, 2024.

LUZ, Clare; BALDWIN, Roger. Seguindo os princípios da Universidade Amiga da Terceira Idade (AFU) em uma grande universidade: Lições sobre organização de base. *Gerontology & Geriatrics Education*, v. 4*0, n.* 3, p. 290–306, 2019.

Organização Pan-americana da saúde, OPAS. *Década do Envelhecimento Saudável nas Américas (2021-2030)*. Washington, DC; 2022.

Organização Pan-americana da saúde, OPAS. *Perspectivas demográficas do envelhecimento populacional na Região das Américas.* Washington, DC; 2023. Disponível em: https://doi.org/10.37774/9789275726792.

SANTA ANNA, Jorge. Para além dos muros da universidade: prática docente na extensão universitária. *Interfaces-Revista de Extensão da UFMG*, v. 8, n. 1, p. 226-246, 2020.

SILVERSTEIN, Nina; PITHECKOFF, Nathalie; DUGAN, Elizabeth. Introducing students to healthy aging within their own communities: An online applied research experience. *Gerontology & Geriatrics Education*, v. *41, n.* 3, p. 320–332, 2019.

STOTZ, Eduardo Navarro. Enfoques sobre educação e saúde. In: Rodrigues, José Augusto de Souza; Cruz, Pedro José Santos Carneiro (org). *Educação popular e promoção da saúde na atenção primária: ideias, saberes e experiências*. João Pessoa: Editora do CCTA; 2020. p. 27-50.
Submetido em: 99/99/99 Aceito em: 99/99/99.