

EDUCAÇÃO E SAÚDE PARA IDOSOS: um relato de experiência do projeto UMANIZANDO em tempo de COVID-19

EDUCATION AND HEALTH FOR THE ELDERLY: an experience report of the UMANIZANDO project in times of COVID-19

EDUCACIÓN Y SALUD PARA PERSONAS MAYORES: un relato de experiencia del proyecto UMANIZANDO en tiempos del COVID-19

Luiz Sinésio Silva Neto

Doutor em Ciências e Tecnologias em Saúde (Universidade de Brasília - UNB). Professor adjunto da Universidade Federal do Tocantins do curso de Medicina onde coordena as disciplinas: Saúde do Idoso, Nutrologia e participa da Comissão de TCC. Coordenador e docente do Programa de Extensão "Universidade da Maturidade-UMA" na UFT. luizneto@uft.edu.br.

 0000-0002-3182-7727

Eduardo Sera

Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciência e Saúde (Universidade Federal de Tocantins - UFT). Docente do Programa de Extensão "Universidade da Maturidade-UMA" na UFT. eduardosera@live.com.

 0000-0002-2867-7641

Deuzivania Carlos de Oliveira

Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Educação (Universidade Federal de Tocantins - UFT). Docente do Programa de Extensão "Universidade da Maturidade-UMA" na UFT. deuzivaniacarlos@hotmail.com.

 0000-0001-8158-1780

Claudio Avelino dos Santos

Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciência e Saúde (Universidade Federal de Tocantins - UFT). Docente do Programa de Extensão "Universidade da Maturidade-UMA" na UFT. claudioavelinosantos@hotmail.com.

 0000-0002-4136-6848

Neila Barbosa Osório

Doutora em Ciências do Movimento Humano (Universidade Federal de Santa Maria - UFSM). Professora do Programa de Educação (PPGE-UFT) e coordenadora do Programa de Extensão "Universidade da Maturidade-UMA" na UFT. neilaosorio@uft.edu.br.

 0000-0002-6346-0288

Correspondência: Universidade Federal do Tocantins, CERIMONIAL. ALC, NO 14, Avenida NS 15. Campus Universitário, 77020-210 - Palmas, TO - Brasil.

Recebido em: 15.03.2020

Aceito em: 03.04.2020.

Publicado em: 01.05.2020.

RESUMO:

Esse trabalho objetiva relatar as ações multidisciplinares de educação em saúde para os idosos do projeto UMANIZANDO em tempo de COVID-19. O projeto propõe linhas de atuação de educação em saúde desenvolvidas por meio de uma abordagem dialógico-reflexiva entre colaboradores e idosos, considerando a realidade local dos mesmos, por isso, utiliza ampla variedade de tecnologias/práticas educativas comprovadamente eficazes e monitora constantemente as ações do projeto. As estratégias de educação em saúde do projeto podem servir como modelo para outras realidades, nesse contexto desafiador de promover saúde para os idosos em período de pandemia de COVID-19.

PALAVRAS-CHAVES: Idosos; Educação em saúde; Isolamento social; COVID-19; Promoção de saúde.

Introdução

Em dezembro de 2019, o SARS-COV-2, uma nova doença respiratória grave, ligada a um novo beta-coronavírus emergiu em Wuhan, China (ANDERSEN *et al.*, 2020). Esse vírus possui uma rápida disseminação e causou várias contaminações e mortes no mundo

(MILLS *et al.*, 2020). A rápida disseminação do SARS-CoV-2 resultou em uma sobrecarga sem precedentes nos sistemas de saúde do mundo. As complicações da doença do coronavírus 2019 - COVID-19 (o nome da infecção causada pela SARS-CoV-2) são particularmente graves entre os idosos, que se configuram como o principal grupo de risco.

Artigo publicado por LLOYD-SHERLOK *et al.* (2020) destacou a urgência de esforços, inclusive da Organização Mundial de Saúde (OMS), que priorizem as necessidades dos idosos em sua resposta à pandemia de COVID-19. Os esforços nacionais e internacionais estão em ritmo crescente. Há um rápido aumento de pesquisas, diretrizes atualizadas e publicadas por agências nacionais e internacionais que possibilitam informações mais recentes sobre o vírus, seu modo de transmissão, propagação e suscetibilidade de diferentes grupos populacionais, como os idosos (LANCET, 2020). No entanto, o acesso e a apropriação dessas informações não são garantidos igualmente, por isso, é preciso elaborar estratégias que considerem a heterogeneidade da velhice em diferentes realidades de isolamento social dos idosos.

A educação em saúde é uma estratégia que proporciona a participação do indivíduo em grupos, favorece o aumento do controle de suas vidas, transforma a realidade social e política (RUMO *et al.*, 2020). Nessa direção, estudo realizado por Mallmann *et al.* (2015) comprovou que as ações de educação em saúde para idosos são estratégias que consideram a complexidade do processo de envelhecimento e relacionam os fatores que cercam o indivíduo, como as crenças, os valores, as normas e os modos de vida. Dessa forma, garante maior possibilidade de acesso a informações e práticas que favoreçam sua qualidade de vida.

Outra questão inerente ao processo de educação em saúde é que o idoso é parte ativa do seu cuidado. Por isso, essa estratégia não pode ser confundida com a transmissão de informação em saúde, o que desconsidera o saber popular. Nesse aspecto, a educação popular ganha importância, uma vez que os conteúdos e ações partem também dos conhecimentos populares e do contexto em que vivem os participantes (PATROCÍNIO E PEREIRA, 2013). Portanto, a educação e saúde é uma estratégia que promove a saúde dos idosos, estudos demonstraram que diferentes metodologias, tais como, roda de conversa, aconselhamentos, discussão de casos, aulas expositivas dialogadas, entre outras, tem efeito benéfico na qualidade de vida dos idosos (MALLMANN *et al.*, 2015; DE MOURA SÁ, 2019).

No entanto, estamos vivendo uma situação de excepcionalidade, que é uma pandemia, então, por questões sanitárias, os idosos devem permanecer em isolamento

social nos seus domicílios. A condição de isolamento social impõe para os cientistas, profissionais de saúde, gestores públicos entre outros, novas metodologias e conteúdos de educação em saúde, especialmente para os idosos.

Portanto, esse artigo tem por objetivo relatar as experiências de educação em saúde da ação de extensão: UMANizando em tempo de COVID-19, que integra o projeto da Universidade da Maturidade (UMA/UFT): Educação e Saúde na Maturidade: UMA proposta de promoção à autonomia e independência para idosos.

O projeto UMANizando em tempo de COVID-19

O projeto de extensão UMANizando em tempos de coronavírus tem por objetivo proporcionar ações multidisciplinares com abordagem dialógica e afetiva durante o período de isolamento social para participantes do projeto UMA/UFT. O projeto UMANizando está cadastrado no Sistema de Informação e Gestão de Projetos (SIGProj) com o número: 353374.1952.128843.03042020.

Além das ações multidisciplinares o projeto possui os seguintes objetivos: a) Estabelecer estratégias para o desenvolvimento de políticas públicas para os idosos no período de isolamento social do COVID-19, b) organizar uma rede de profissionais para produzir material e mediar as ações multidisciplinares nos Polos da UMA/UFT, c) articular com agentes públicos e sociedade para garantir apoio social aos idosos em situação de vulnerabilidade social da UMA/UFT e d) promover a interação intergeracional entre jovens, crianças e adultos com os idosos da UMA/UFT.

Os participantes do projeto são adultos (50+ de idade) e idosos (60+ de idade) regularmente matriculados na UMA/UFT. O projeto UMA/UFT possui quatro polos, nas cidades de Palmas, Araguaína, Dianópolis e Porto Nacional (TO), totalizando aproximadamente 500 indivíduos matriculados.

Inicialmente, o projeto foi estruturado para atender somente duas frentes de atuação, a de atividade física e saúde e apoio social aos idosos vulneráveis, contudo, a partir de novas demandas que foram emergindo, tanto dos idosos como dos profissionais que integram o projeto, novas linhas foram estruturadas, atualmente o projeto possui sete linhas de atuação, sendo elas: 1) Educação em Saúde, 2) Neto(a) Postiço(a), 3) Atividade Física em casa, 4) Culinária Afetiva, 5) Arte, cultura, educação e Atividades lúdicas e de raciocínio- (UMAludicando), 6) Acolhimento Psicológico e 7) Apoio Social. Para esse artigo foram selecionadas cinco linhas de atuação para a descrição das experiências.

O perfil dos idosos atendidos pela UMA/UFT é marcado por uma importante heterogeneidade, em pesquisas anteriores do nosso grupo de pesquisa (JUNIOR *et al.*, 2019; RODRIGUES *et al.*, 2019) ficou evidenciado um heterogêneo nível de escolaridade e renda, sendo a maioria de baixa renda, escolaridade e multimorbidade. Nesse contexto, pensando nas estratégias para atendê-los, identificamos basicamente quatro perfis de idosos: 1) idosos com habilidade de manuseio do celular e com acesso à internet, 2) idosos com habilidade de manuseio do celular e sem acesso à internet, 3) idosos sem habilidade de manuseio do celular e sem acesso à internet e 4) não possuem aparelho celular. Nesse contexto, foram desenvolvidas metodologias para atendimento aos idosos. Destacamos a necessidade de maiores pesquisas para compreender o uso das tecnologias por idosos para a promoção de saúde e envelhecimento saudável.

A equipe do projeto é composta por pesquisadores, alunos de graduação e pós-graduação, sob a orientação da Profa. Neila Barbosa Osório e Prof. Luiz Sinésio Silva Neto, coordenadores do projeto. Cada polo da UMA/UFT possui um grupo de WhatsApp, nele estão inseridos todos os idosos matriculados que possuem celular e internet e os docentes e apoiadores dos polos (Palmas, Porto Nacional, Araguaína e Dianópolis).

Ações de educação em saúde para idosos: UManizando em tempo de COVID-19

As ações de educação em saúde, que são o objeto desse estudo, estão descritas no Quadro 1, de acordo com a ação, o objetivo da linha de atuação e tecnologias e práticas educativas realizadas, além de estratégias de monitoramento.

Quadro 1 Descrição da ação, objetivos e tecnologias, praticas educativas e estratégia de monitoramento das ações de educação em saúde do Projeto UManizando em tempo de COVID-19 da UMA/UFT.

Ação	Objetivos da linha de atuação	Tecnologias/ Práticas educativas realizadas	Estratégia de Monitoramento
Atividade Física em casa - Mexa-se	<ul style="list-style-type: none"> - Disponibilizar para os idosos videoaulas com uma rotina de exercícios segura para realizar em domicilio. - Acompanhar diariamente a rotina de exercícios físicos dos idosos. 	<p>Envio de videoaulas e audioaulas por meio do WhatsApp e Youtube.</p> <p>Os conteúdos das videoaulas são dicas preparatórias e rotinas de exercícios físicos para fazer em casa.</p> <p>O material utilizado é uma liga elástica e um cabo de vassoura.</p>	<p>Monitoramento das atividades por meio de ligações telefônicas com base em um roteiro de entrevista pré-estabelecido e postagem dos idosos no grupo do WhatsApp.</p>

<p>Informação de Qualidade e Combate às fake news</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Selecionar material de qualidade científica e dos órgãos oficiais de saúde sobre o COVID-19, para a divulgação adequada das informações para os idosos. - Combater as FAKENEWS sobre o COVID-19. - Produzir material informativo para os idosos sobre o COVID-19. 	<p>Envio de vídeos, banners digitais e guias de qualidade científica, por meio do WhatsApp e Youtube.</p> <p>Os conteúdos do material são: orientações gerais para medidas de prevenção e cuidados de contaminação do COVID-19. Dicas e guias do Ministério da Saúde para idosos.</p> <p>Utilização do Selo do Ministério da Saúde de Fakenews nos grupos de WhatsApp quando é postado alguma notícia falsa.</p>	<p>Monitoramento das atividades por meio de ligações telefônicas com base em um roteiro de entrevista pré-estabelecido e postagem dos idosos no grupo do WhatsApp.</p>
<p>Culinária Afetiva: Cozinhar com afeto</p>	<p>- Essa linha de atuação tem por objetivo promover atividades de culinária afetiva, ou seja, promover sentimentos por meio do ato de cozinhar.</p>	<p>Envio dos desafios de culinária por meio do WhatsApp.</p> <p>Os conteúdos dos desafios incorporam nutrição adequada, relação de afeto e reminiscência ao cozinhar.</p>	<p>Monitoramento das atividades por meio de postagem dos idosos no grupo de WhatsApp.</p>
<p>UMA Cuida: apoio psicológico</p>	<p>- Essa linha tem o foco no cuidado com a saúde mental em tempos de pandemia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponibilizar o acolhimento psicológico para os idosos da UMA/UFT. - Elaboração de vídeos de atividades e conteúdos psicológicos. 	<p>Agendamento das teleconsultas por meio do cartão digital ou solicitação do idosos ou familiares.</p> <p>Envio de vídeos sobre cuidados com saúde mental por meio do WhatsApp.</p>	<p>Monitoramento das atividades por meio de relatórios enviados pela equipe de psicólogos somente para os coordenadores para garantir o sigilo conforme preconizado pelo Conselho Federal de Psicologia.</p>
<p>UMAludicando: jogos de memórias e raciocínio</p>	<p>Atividades lúdicas e de raciocínio: são disponibilizados vídeos com atividades lúdicas, jogos e de raciocínio para os idosos.</p>	<p>Envio das videoaulas por meio do WhatsApp e Youtube.</p> <p>Os conteúdos são de jogos de raciocínio como Tangram.</p>	<p>Monitoramento das atividades por meio de postagem dos idosos no grupo de WhatsApp.</p>

Fonte: (autor, ano, p.).

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/uft.2447-4266.2020v6n3a13pt>

Revista Observatório, Palmas, v. 6, n. 3 (Especial 1), p. 1-9, maio 2020

As questões apresentadas no Quadro 1 serão descritas nesse tópico com a perspectiva de trazer elementos dessa experiência como desafios e possibilidades, em se tratando de um projeto que se configura e reconfigura todos os dias.

A definição da ação e do objeto das linhas de educação em saúde do projeto foram organizadas a partir da demanda dos colaboradores e idosos. O desconhecimento do impacto do isolamento social na saúde dos idosos e o “despreparo” dos colaboradores para atuarem frente a esse processo de pandemia foi um grande desafio. Por isso, utilizamos a relação dialógico-reflexiva entre colaboradores e idosos, essa relação promove a conscientização do indivíduo sobre sua saúde e a percepção como participante ativo na transformação de vida (SOUZA *et al.*, 2010), sendo estes um dos fundamentos da educação em saúde. As ações de educação em saúde relatadas nessa experiência possuem uma abordagem ampla e com objetivos delineados, como, qualificar o nível das informações, melhorar nível de atividade física, promover o cozinhar com afeto, promoção do cuidado com a saúde mental e raciocínio e memória, isso facilita a replicação dessas ações em populações de idosos com diferentes características e, pode ser alvo para outros estudos incorporarem mais aspectos de saúde dos idosos como espirituais, ambientais, entre outros.

As tecnologias e práticas de abordagem desenvolvidas no projeto são múltiplas, considerando a heterogeneidade do público atendido. Diferentes tecnologias de educação em saúde estão sendo utilizadas, tais como, vídeos, audioaulas, banners digitais informativos, suporte por telefone, interação por WhatsApp, além de visitas domiciliares. Em recente revisão publicada por De Moura Sá *et al.* (2019), comprovaram a efetividade dessas mencionadas tecnologias na promoção de educação em saúde para idosos de comunidade. Maiores estudos utilizando diferentes tecnologias para promoção de educação em saúde dos idosos, tais como, webconferencias, jogos de realidade virtual, utilização de robôs de cuidados devem ser incentivados. Destacamos que com a pandemia muitas estratégias de cuidado com os idosos serão criadas e repensadas, inclusive as de educação em saúde.

O monitoramento das ações de educação em saúde favorece a constante avaliação das ações. De acordo com Emmi *et al.* (2008) a avaliação das ações de educação em saúde é uma medida de satisfação do usuário. Isso implica em um julgamento sobre a qualidade dos serviços ofertados como medida de otimização das ações. No nosso projeto são emitidos relatórios semanais ou mensais dos colaboradores coordenadores das linhas, bem como webreuniões de formação com os mesmos. Porém, desafios são impostos nesse processo, como, a baixa constância da avaliação por parte de alguns colaboradores

devido ao acúmulo de outras tarefas e adequação de sua “nova” rotina, a baixa participação dos idosos na avaliação das atividades, e a necessidade de melhores instrumentos de avaliação nesse contexto de pandemia e baixa educação digital dos idosos. As dificuldades inerentes a avaliação dos programas/ações de educação em saúde com idosos são destacadas em estudos “pré” pandemia (MENDONÇA *et al.*, 2017; SEABRA *et al.*, 2019). Por tanto, maiores análises poderão emergir com as experiências desenvolvidas nesse período, projetos de formação dos colaboradores e idosos para otimização da avaliação desses processos é adjuvante para quantificar e qualificar as ações.

Considerações finais

O projeto UMANizando em tempo de COVID-19 propõe linhas de atuação de educação em saúde desenvolvidas por meio de uma abordagem dialógico-reflexiva entre colaboradores e idosos, considerando a realidade local dos mesmos, por isso, utiliza ampla variedade de tecnologias/práticas educativas comprovadamente eficazes e monitora constantemente as ações do projeto. As estratégias de educação em saúde do projeto podem servir como modelo para outras realidades, nesse contexto desafiador de promover saúde para os idosos em período de pandemia de COVID-19. Esperamos publicar os resultados do impacto dessas estratégias na qualidade de vida dos idosos futuramente.

Sugerimos algumas questões para futuros estudos: integrar mais temas da saúde do idoso nos programas de educação em saúde; realizar estudos de base teórica sobre o planejamento, desenvolvimento e avaliação de tecnologias em educação em saúde; produzir maiores artigos de revisão sobre este assunto na América Latina; desenvolver estudos que combinaram o uso de diferentes tecnologias/práticas educativas, testando seu uso em diferentes grupos de idosos; avaliar os efeitos da educação em saúde com diferentes abordagens por meio de ensaios longitudinais para identificar os efeitos a longo prazo. Esses estudos podem contribuir para o fortalecimento da ciência gerontológica em período de pandemia e pós pandemia.

Referências

ANDERSEN, Kristian G. *et al.* The proximal origin of SARS-CoV-2. *Nature medicine*, v. 26, n. 4, p. 450-452, 2020.

- DE MOURA SÁ, Guilherme Guarino *et al.* Technologies that promote health education for the community elderly: integrative review. *Revista latino-americana de enfermagem*, v. 27, 2019.
- EMMI, Danielle Tupinambá; BARROSO, Regina Fátima Feio. Avaliação das ações de saúde bucal no Programa Saúde da Família no distrito de Mosqueiro, Pará. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 13, n. 1, p. 35-41, 2008.
- JÚNIOR, Edivan Oliveira Cavalcanti *et al.* RELAÇÃO DAS CONDIÇÕES DE VIDA E SAÚDE SOBRE A FRAGILIDADE EM IDOSOS. *Humanidades & Inovação*, v. 6, n. 11, p. 76-87, 2019.
- LANCET, The. COVID-19: too little, too late? *Lancet (London, England)*, v. 395, n. 10226, p. 755, 2020.
- LLOYD-SHERLOCK, Peter G. *et al.* WHO must prioritise the needs of older people in its response to the covid-19 pandemic. *BMJ*, v. 368, 2020.
- MALLMANN, Danielli Gavião *et al.* Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, p. 1763-1772, 2015.
- MENDONÇA, Francielle Toniolo Nicodemos Furtado de *et al.* Educação em saúde com idosos: pesquisa-ação com profissionais da atenção primária. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 70, n. 4, p. 792-799, 2017.
- MILLS, John P.; KAYE, Keith S.; MODY, Lona. COVID-19 in older adults: clinical, psychosocial, and public health considerations. *JCI insight*, 2020.
- PATROCINIO, Wanda Pereira; PEREIRA, Beltrina da Purificação da Côrte. Efeitos da educação em saúde sobre atitudes de idosos e sua contribuição para a educação gerontológica. *Trab. educ. saúde*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 375-394, ago. 2013.
- RODRIGUES, Letícia Hellen Pereira *et al.* MULTIMORBIDADE EM IDOSOS PARTICIPANTES DE UMA UNIVERSIDADE DA MATURIDADE. *Humanidades & Inovação*, v. 6, n. 11, p. 98-108, 2019.
- SEABRA, Cícera Amanda Mota *et al.* Educação em saúde como estratégia para promoção da saúde dos idosos: Uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 4, 2019.
- SOUSA, Leilane Barbosa de *et al.* Práticas de educação em saúde no Brasil: a atuação da enfermagem. *Rev. enferm. UERJ*, p. 55-60, 2010.

ABSTRACT:

This study aims to report the multidisciplinary health education actions for the elderly of the UManizando project in times of COVID-19. The project proposes health education lines of action developed through a dialogical-reflective approach between staff and the elderly, considering their local reality, therefore, using a wide variety of technologies/educational practices proven to be effective, and constantly monitoring the project actions. The health education strategies of the project can serve as a model for other realities, in this challenging context of promoting health for the elderly in the COVID-19 pandemic period.

KEYWORDS: elderly; Health education; social isolation; COVID-19; health promotion.

RESUMEN:

Este trabajo tiene como objetivo relatar las acciones multidisciplinares de educación en salud para personas mayores del proyecto UManizando en tiempos del COVID-19. El proyecto propone líneas de actuación en educación y salud desarrolladas a través de un enfoque dialógico-reflexivo entre los colaboradores y las personas mayores, considerando su realidad local, por lo tanto, utiliza una amplia variedad de tecnologías/prácticas educativas comprobadas como efectivas y monitorea constantemente las acciones del proyecto. Las estrategias de educación en salud del proyecto pueden servir como modelo para otras realidades, en este contexto desafiante de promoción de la salud para las personas mayores en el período de pandemia del COVID-19.

PALABRAS-CLAVES: ancianos; educación en salud; aislamiento social; COVID-19; promoción de la salud.