

EIXO TEMÁTICO:

TECNOLOGIAS DE CUIDADO INDIVIDUAL E COLETIVO CENTRADO NO USUÁRIO, FAMÍLIA E COMUNIDADE

APLICAÇÃO DE METODOLOGIA ATIVA PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Autor Principal¹: Cynthia Gabrielle Pereira do Nascimento

Coautor 1²: Taciane Raquel Gomes do Carmo

Coautor 2³: Yasmim Mota de Moraes Pontes

O envelhecimento populacional crescente tem sido associado ao aumento da prevalência de transtornos mentais em idosos. Para tanto, é imprescindível a utilização de diferentes estratégias de educação em saúde que promovam uma troca mútua, dando importância ao diálogo e elevando o poder de compreensão do idoso de si, do outro e do mundo. Objetivou-se com este estudo relatar a experiência da aplicação de uma metodologia ativa de promoção de saúde mental com idosos. Trata-se de um relato de experiência, baseado na execução de uma metodologia ativa sobre saúde mental, desenvolvida com idosos de uma ESF do município de Barbalha promovida pelas residentes e preceptora do Programa de Residência Multidisciplinar em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. Inicialmente foi utilizada uma dinâmica quebra-gelo, em que cada um deles foi instigado a expressar um sentimento que melhor descrevesse como estavam no momento. Para a aplicação da metodologia foi oferecido a cada idoso um pedaço de barbante, no qual deveriam dar um nó para respostas (sim/não) que fossem pontuáveis em relação às perguntas da Escala de Depressão Geriátrica (EDG). Na segunda parte da metodologia, um rolo de barbante foi oferecido a um participante que deveria dizer para todos o que considerava ser importante para superar seus medos, angústias e dificuldades do dia-a-dia. Logo após, deveria passar o rolo para outro indivíduo, enquanto segurava uma ponta do barbante, formando um entrelaçado dinâmico, que representa uma rede de ajuda que pode ser criada entre os idosos e profissionais de saúde. A aplicação da metodologia demonstrou que os idosos pontuaram de 0 a 5 da EDG o que é considerado normal, sem indicativo de depressão. Em contrapartida, alguns idosos ali presentes, nos momentos de fala, relataram fazer o uso de antidepressivos, o que pode ser um fator que interfere diretamente nas respostas dadas, gerando um resultado falso-negativo. Para superar os medos e as angústias, os idosos relataram a importância da fé, da positividade, de permanecerem ativos nas ocupações cotidianas e o acolhimento dos profissionais. Estes momentos permitiram que as profissionais, juntamente com os idosos percebessem a importância da afetividade e da criação do vínculo com acolhimento e escuta ativa, como formas de amparo para situações de aflição com o intuito de promover saúde mental como parte fundamental do processo de envelhecimento saudável.

Palavras-chaves: Idosos; Saúde Mental; Educação em Saúde.

¹Graduação em Farmácia da Universidade de Juazeiro do Norte. Residente do programa em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. Email: gabynascimeento@gmail.com

²Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Residente do programa em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. Email: tacy_raquel@hotmail.com

³Graduação em Nutrição da Universidade de Juazeiro do Norte. Residente do programa em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri. Email: yasmimota@gmail.com