

INTEGRAÇÃO EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA-SERVIÇO COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO AO SER-IDOSO: EXPERIÊNCIAS DO PROJETO MINHAS RUGAS, MINHA HISTÓRIA

Maria Giceli Martins da Silva ¹

Mara Danielly Barbosa de Souza ²

Maria Sandy Moura Souza ³

Larissa Ellen Moreira Lima ⁴

Antonio José Silva dos Santos ⁵

Adriana de Moraes Bezerra ⁶

Área Temática: Saúde e Tecnologia

¹ Discente da Universidade Regional do Cariri-URCA, Graduanda em enfermagem, Bolsista do projeto de extensão Minhas rugas, minha história, Voluntária da Liga Acadêmica de Doenças Infecciosas e Parasitárias-LADIP, Voluntária do projeto de extensão Saúde mental e bem estar de acadêmicos-SMA Integrante do grupo de pesquisa e extensão em saúde cardiovascular GPESCC, Monitora voluntária da disciplina de anatomia. E -mail: giceliurca@gmail.com

² Discente da Universidade Regional do Cariri-URCA, Graduanda em enfermagem, Membro do Projeto de Extensão Minhas Rugas Minha História (URCA). Bolsista do Projeto de Monitoria de Ensino para Disciplina de Semiologia e Semiotécnica Aplicada a Enfermagem - PROGRAD (URCA). Integrante do Grupo de Pesquisa Saúde da Mulher e Enfermagem (GRUPESME/UECE). E -mail: mara.danielly@urca.br

³ Discente da Universidade Regional do Cariri- URCA, Graduanda em enfermagem, Membro do Projeto de Extensão Minhas Rugas, Minha História (URCA), Bolsista do Programa de Educação pelo o Trabalho em Saúde – PET Saúde Gestão e Assistência. E -mail: m.sandymoura@urca.br

⁴ Discente da Universidade Regional do Cariri-URCA, Graduanda em enfermagem, Monitora bolsista da disciplina de Saúde Ambiental, Voluntária do projeto de extensão Minhas rugas, minha história. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3947-3561> E -mail: larissa1234ellen@gmail.com

⁵ Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA/Campus avançado de Iguatu. Bolsista de Iniciação científica. Monitor da disciplina de Fisiologia humana. Extensionista do projeto de extensão Minhas Rugas, Minha História. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular - GPESCC. E-mail: antonio.jose@urca.br

⁶ Enfermeira. Doutora em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde – UECE. Docente temporária da Universidade Regional do Cariri –URCA/Campus avançado de Iguatu. E-mail: adriana.bezerra@urca.br



RESUMO

“Minhas rugas, minha história” é um projeto de extensão que nasceu em 2019 na Universidade Regional do Cariri, Campus Avançado de Iguatu. O projeto visa trabalhar com idosos por meio de atividades de educação em saúde, rodas de conversa, práticas de atividades físicas, postagens informativas em redes sociais, além da produção de um livro autobiográfico contando a história de suas vidas. O objetivo é descrever ações de integração entre extensão universitária e serviço como estratégia de cuidado ao idoso por meio da experiência dos acadêmicos do projeto. Trata-se de um relato de experiência realizado entre os meses de outubro e novembro de 2022 através das vivências dos extensionistas participantes do projeto, realizado no município de Iguatu-CE. Cerca de 735 pessoas foram contempladas pelas ações do projeto. Por meio da operação, foram observados resultados positivos à medida que as atividades foram realizadas, proporcionando à comunidade informações essenciais para o autocuidado, prevenção de doenças e promoção da saúde, obtendo feedback positivo dos idosos e das instituições sociais parceiras do grupo. Conclui-se que é imprescindível a criação de programas de extensão que trabalhem a saúde do idoso nos centros acadêmicos e na comunidade, considerando os riscos aos quais esta população está exposta. Dessa forma, as práticas de cuidado são essenciais para garantir a autonomia dos idosos, tornando-os protagonistas do seu cuidado, ampliando conhecimentos e valorizando os diferentes saberes e práticas adquiridos no contato com a população.

Palavras-chave: Educação em saúde. Enfermagem. Envelhecimento. Idoso. Saúde.

**INTEGRATION UNIVERSITY EXTENSION-SERVICE AS A CARE STRATEGY
FOR THE ELDERLY BEING: EXPERIENCES FROM THE MY RUGAS, MY
HISTORY PROJECT**

ABSTRACT

“My wrinkles, my story” is an extension project that was born in 2019 at the Universidade Regional do Cariri, Advanced Campus of Iguatu. The project aims to work with elderly people through health education activities, conversation circles, physical activity practices, informative posts on social media, in addition to the production of an autobiographical book telling the story of their lives. The aim is to describe integration actions between university extension and service as a care strategy for the elderly through the experience of project academics. This is an experience report carried out between the months of October and November 2022 through the experiences of extension workers participating in the project, carried out in the municipality of Iguatu-CE. Around 735 people were covered by the project’s actions. Through operation, positive results were observed as the activities were carried out, providing the community with essential information for self-care, disease prevention and health promotion, obtaining positive feedback from the elderly and social institutions that partnered with the group. It is concluded that it is essential to create extension programs that work on elderly health in academic centers and in the community, considering the risks to which this population is exposed. In this way, care practices are essential to guarantee the autonomy of elderly people, making them protagonists of their care, expanding knowledge and valuing the different knowledge and practices acquired through contact with the population.

Keywords: Health education. Nursing. Aging. Elderly. Health.



1 INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, o envelhecer tem se tornado um evento corriqueiro na sociedade brasileira e também a nível mundial, fato que está diretamente associado a inversão da pirâmide etária, a redução da fecundidade e os números de mortalidade que cada vez mais vem diminuindo. Segundo o relatório sobre envelhecimento populacional das Nações Unidas, a população idosa poderá triplicar de volume em um período de 50 anos, podendo atingir cerca de dois bilhões em 2050 (SEADE, 2010).

Com a progressão da idade, são notáveis as mudanças pelas quais o organismo passa, como por exemplo modificações fisiológicas, mentais e psicossociais são extremamente comuns com o avançar da idade, e a partir de todas essas alterações o idoso se torna cada vez mais passível de desenvolver certas doenças, algumas até crônicas. Nesse viés, foi possível constatar que o envelhecer é algo irremediável e fundamental, todavia, não se resume apenas à transição da faixa etária, isso não é suficiente, é necessário que o processo de envelhecimento venha adicionado de qualidade de vida e hábitos saudáveis (Carvalho *et al.*, 2020).

Por isso, priorizar a autonomia, independência e funcionalidade deste grupo, ou seja, estimular o envelhecimento ativo, segundo o Estatuto do idoso tornou-se essencial para a qualidade de vida dessa comunidade. Esse fato, relacionado a necessidade de fomentar o processo de envelhecer saudável foi a ideia base para a elaboração do projeto “Minhas rugas, minha história”.

O projeto de extensão “Minhas rugas, minha história” está vinculado ao Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA) desde 2019. É formado por graduandos de Enfermagem, sem fins lucrativos e por tempo indeterminado. O projeto tem por finalidade a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar da população idosa por meio de atividades de lazer e de promoção à saúde, buscando otimizar suas relações biopsicossociais, aumentando assim a possibilidade de comunicação/integração, trabalhando as funções psicomotoras e cognitivas, promovendo ações de educação em saúde com o intuito de estimular a prática do autocuidado.

O projeto abrange parcerias com várias instituições da cidade de Iguatu - CE, objetivando atender o maior número de idosos possível, estima-se que um total de 735 pessoas já foram beneficiadas com ações presenciais, além de um número incerto de pessoas que têm contato com ações de mídia, realizadas via rede social, levando informação e conhecimento não



só para os idosos, mas também para a população em geral, acerca de datas comemorativas para essa faixa etária da população, doenças que estão mais propícias a atingi-los, bem como sintomas, prevenção e estratégias de autocuidado.

Dessa forma o desenvolvimento do projeto é de extrema relevância para o processo de formação qualificada dos acadêmicos, tendo em vista que com a realização dessas atividades aprimora-se o ensino e prepara-se os futuros profissionais de saúde a ser cada vez mais aptos a lidar com as necessidades, dificuldades e particularidades dessa população, com foco em prestar uma assistência multidimensional (Fernandes *et al.*, 2018).

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O processo de envelhecimento é um fator natural e fisiológico do organismo humano, sendo necessário, proporcionar à terceira idade a qualidade de vida e bem estar, fomentando a necessidade de trabalhar o envelhecimento desde a graduação, expandido práticas e vivências para além dos meios acadêmicos. “O envelhecimento demográfico determina que os profissionais de saúde sejam ensinados a cuidar de necessidades complexas de uma população, nomeadamente preparar os futuros enfermeiros para cuidar da pessoa idosa” (Fernandes, Afonso, Couto, 2018).

Complementam China *et al.*, (2021) sobre a importância de intensificar a vivência do envelhecimento de forma ativa.

O envelhecimento ativo é um processo que envolve a prevenção e o controle de doenças, autocuidado com a saúde (alimentação equilibrada, atividade física, sono, evitar fumo e álcool), manutenção da atividade de produtividade e participação social, exercício da memória e definição de objetivos e metas no percurso da vida (China *et al.*, 2021, p. 147).

Desta forma, os educadores em enfermagem devem compreender e aplicar o conteúdo gerontológico, experiências clínicas e teóricas no intuito de despertar o interesse para compreensão do processo de envelhecimento, aumentando a consciência sobre a complexidade do cuidado a população idosa, sendo a extensão uma forma de atrair enfermeiros para o campo da gerontologia, além de beneficiar a comunidade através das atividades desempenhadas mediante ações dos programas de extensão (Fernandes, Afonso, Couto, 2018; Carvalho, 2020).



Frente ao exposto, as ações educativas e de extensão apresentam-se como ferramentas importantes para a promoção da saúde, prevenção de doenças e agravos, envolvimento particular e coletivo do público alvo, além de proporcionar aos acadêmicos envolvidos, o crescimento pessoal e profissional, promovendo a troca de saberes, facilitando a adesão dos usuários de um serviço de saúde e a estilos de vida mais saudáveis ao serviço de saúde (Damasceno *et al.*, 2018).

Nessa direção, a extensão universitária favorece o desenvolvimento de ações junto à comunidade, à medida que constrói saberes que unem o conhecimento acadêmico guiado pela literatura com a sabedoria popular fortalecendo os vínculos e fomentando o empoderamento, tanto dos estudantes, como da própria comunidade (Damasceno, 2018, p.321).

Desse modo, grupos de idosos são possibilidades para a prevenção de doenças e promoção da saúde, estimulando a qualidade de vida, incentivando a melhora da integridade física e mental dos mesmos, estimulando o envelhecimento ativo e saudável, tornando-os protagonistas de seu cuidado (Damasceno *et al.*, 2018). Ademais, as atividades grupais lançam o convite para que os idosos canalizem suas reflexões em torno de sua saúde, possibilitando-lhes compartilhar os saberes e as experiências de vida

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A senescência constitui-se como um processo fisiológico e inerente ao ser humano, em que o organismo do indivíduo passa por mudanças fisiológicas e psicossociais predispondo o desenvolvimento de patologias, algumas podendo estender-se para o resto de sua vida (Carvalho *et al.*, 2020).

Nesse sentido o projeto Minhas Rugas, Minha História favorece o desenvolvimento de ações junto à comunidade com o intuito de construir saberes, reforçar o vínculo e contribuir para o empoderamento tanto do acadêmico como do público alvo, utilizando-se de várias metodologias ativas criativas, com abordagem holística pautadas na aprendizagem significativa (Damasceno *et al.*, 2018).

Como forma de cuidado e aproximação com a pessoa idosa o enfermeiro deve utilizar de estratégias lúdicas e que atendam as necessidades desse público, nesse sentido podem ser utilizadas diferentes metodologias, incluindo assistenciais e educacionais, como músicas e



jogos que fomentem o autocuidado, o conhecimento e favoreçam a autonomia (Oliveira *et al.*, 2020).

Assim, é possível proporcionar aos extensionistas um contato mais estreito com o que futuramente deverá ser desenvolvido na sua profissão, uma vez que são realizadas ações como jogos de mitos e verdades sobre temas relevantes, alongamentos com a utilização de músicas e o contato direto com os idosos facilitando a identificação e resolução de suas demandas.

As práticas extensionistas junto aos idosos acontece com vias de manter a promoção da saúde, a recuperação e acima disso a prevenção de doenças, sendo realizada a partir das necessidades reais daquela população que está sendo assistida (Damasceno *et al.*, 2018).

É de extrema importância para a pessoa idosa, independente da idade cronológica o sentimento de bem-estar funcional (Raposo *et al.*, 2018). Uma forma de alcançar esse sentimento é bastante trabalhada no projeto, que em cada uma de suas ações desenvolve momentos voltados à prática de exercícios de alongamento pelos idosos, tendo como parceiros acadêmicos do curso de educação física, da mesma instituição de ensino.

Os encontros realizados proporcionam a interação entre os idosos possibilitando a troca de experiências, compartilhamento de suas histórias e saberes, auxiliando no desenvolvimento físico e mental, uma vez que os mesmos têm a sua autoestima elevada quando possuem suas experiências valorizadas (Damasceno *et al.*, 2018).

Além das atividades realizadas em parceria com outras instituições, também acontecem confraternizações em datas comemorativas, com oferta de alimentação, dinâmicas e danças, fortalecendo o vínculo entre os extensionistas e os participantes do projeto, como também contribuindo para que esses tenham momentos lúdicos e percebam a idade não como sinônimo de adoecimento e solidão, mas sim como uma fase em que muitas experiências já foram vivenciadas, devendo-se fortalecer a percepção de pertencimento à sociedade.



Figura 01 - Festa Junina, 2022,

Fonte: Arquivo Pessoal, 2022.

Figura 02 - Outubro Rosa, SESC, 2022,

Fonte: Arquivo Pessoal, 2022.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, as atividades promovidas pelo projeto de extensão “Minhas rugas, Minha História” contemplam os eixos de ensino, pesquisa e extensão, contribuindo no aprimoramento, desempenho crítico, social e científico da formação dos acadêmicos e futuros profissionais de Enfermagem, colaborando para a promoção de assistência à saúde do idoso, aplicando diante do processo de educação em saúde os conhecimentos obtidos durante a graduação, instruindo e incentivando o público ao exercício diário do autocuidado.

Para além dos benefícios proporcionados à comunidade, os graduandos desenvolvem ao



longo do projetos habilidades importantes para uma boa qualificação pessoal e profissional, tais como: capacidade de trabalhar em ambiente virtual, colaboração e trabalho em equipe, pensamento crítico e reflexivo, resiliência, adaptabilidade, comunicação e liderança, influenciados mediante a convivência com os idosos, o grupo de extensionistas, as instituições de parceria como o Serviço Social do Comércio (Sesc) e Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), e a própria universidade, trabalhando sempre na perspectiva de aprimorar e expandir a qualidade das informações para os idosos envolvidos.

A produção científica realizada por intermédio dos temas relevantes à linha de pesquisa do projeto proporcionaram atividades de caráter científico e social que aprimoram e ampliam a formação acadêmica, expandindo o conhecimento científico e tecnológico aos estudantes, fomentando o interesse diário pela pesquisa e fortalecendo o exercício da enfermagem orientada por bases teóricas e científicas. Dado o exposto, nota-se que as vivências devem ser ampliadas para um maior alcance à população idosa, acadêmicos e profissionais de enfermagem. Assim, por meio da prática dessas atividades é possível contribuir com a transformação social e qualificação da assistência de enfermagem à pessoa idosa e a capacitação dos futuros enfermeiros.

5 AGRADECIMENTOS

Agradecemos cordialmente a Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Regional do Cariri (URCA), ao Departamento de Enfermagem da URCA, as instituições de parceria Serviço Social do Comércio (Sesc) e Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), além de todos os extensionistas voluntários, residentes, e pesquisadores envolvidos.



REFERÊNCIAS

ANDRADE, Drielly Silva. *et al.* Percepção acerca do envelhecimento saudável e das questões raciais. **Rev enferm UFPE online**, Recife, v. 13, n. 1, jan. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i01a235200p281-287-2019>. Acesso em: 29 out. 2022.

CARVALHO, José Wilian de. *et al.* Atividade educativa envolvendo graduandos de uma universidade pública acerca do envelhecimento saudável: um relato de experiência. **Revista Saúde em Redes online**, Porto Alegre, v. 6, n. 2, jun. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.18310/2446%C2%AD48132020v6n2.2447g531>. Acesso em: 29 out. 2022.

CHINA, D. L., FRANK, I. M., SILVA, J. B. da, ALMEIDA, E. B. de, & SILVA, T. B. L. da. Envelhecimento Ativo e Fatores Associados. **Revista Kairós-Gerontologia**, n.24, p.141–156, 2021. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2021v24i0p141-156>. Acesso em: 27 mai. 2024.

COLICHI, Rosana Maria Barreto. *et al.* **Trabalhar com idosos: fatores associados ao interesse de estudantes de enfermagem no Brasil e Chile**. Revista Baiana de Enfermagem, Salvador, v. 35., abr. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.42429>. Acesso em: 29 out. 2022.

DAMASCENO, Ana Jéssica Silva. *et al.* **A Extensão Universitária como estratégia para a Educação em Saúde com um grupo de idosos**. Revista Kairós, São Paulo, v. 21, n. 4, mar. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2018v21i4p317-333>. Acesso em: 29 out. 2022.

EVANGELISTA, Andressa da Rocha. *et al.* **Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família**. Rev Esc Enferm USP, São Paulo, jul. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018018103482>. Acesso em: 29 out. 2022.

FERNANDES, Carla Sílvia; AFONSO, Andreia; COUTO, Germano. **Atitudes dos estudantes de enfermagem em relação à pessoa idosa**. Rev Geriatr Gerontol Aging, v. 12, n. 3, ago. 2018. Disponível em: : <https://doi.org/10.5327/Z2447-211520181800041>. Acesso em: 29 out. 2022.

MENDES, Nathalie Porfírio. *et al.* **Tecnologia socioeducacional de videodebate para o cultivo do envelhecimento ativo**. Esc. Anna Nery Rev. Enferm., Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, jun. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/VN5SJQQPSnjfWWcksNcMVrJ/?lang=en>. Acesso em: 29 out. 2022.

OLIVEIRA, Francisco Ariclene. *et al.* **A prática de atividades lúdicas para promoção da saúde à pessoa idosa: uma experiência com oficinas educativas**. Rev. APS, Juiz de Fora, v. 23, n. 4, out./dez. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2020.v23.16724>. Acesso em: 29 out. 2022.

PELAZZA, Bruno Bordin. *et al.* **Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular**. Rev Soc Cardiol Estado de São Paulo, São Paulo, v.



29, n. 1, dez. 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.29381/0103-8559/2019290178-81>. Acesso em: 29 out. 2022.

RAPOSO, Maria Aparecida Moreira; LEITE, Franciele Marabotti Costa; MACIEL, Paulete Maria Ambrósio. **Concepção de velhice: um estudo com profissionais de saúde de um Hospital Universitário**. Rev. pesqui. cuid. fundam., Rio de Janeiro, v. 10, n. 4, out./dez. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2018.v10i4.958-963>. Acesso em: 29 out. 2022.

ROSAS, Carola. *et al.* **Dança de salão para idosos: estratégia de educação em saúde**. Rev enferm UFPE on line, v. 14.

SANTOS, Alana Libania de Souza. **Projeto de vida de pessoas idosas participantes da universidade aberta a terceira idade**. 2018. 88 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde, Escola de Enfermagem da Universidade Federal da Bahia, Bahia, 2018.

SARDINHA, Margarete Tereza Machado Ulrichsen. **Oficina com idosos como tecnologia educacional visando a qualidade de vida: contribuições para a enfermagem gerontológica**. 2018. 112 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial, Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2018.

SOUZA, Fernanda Figueiredo de Souza e. **Uso de oficinas como estratégia de promoção da saúde com idosos de um grupo de convivência**. 2019. 73 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Ciências do Cuidado em Saúde, Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2019.

Recebido em 16 de dezembro de 2022
Aceito em 24 de maio de 2024

