



instituto de química

Universidade Federal do Rio de Janeiro



GTODS  
CAXIAS

## **Projeto: Envelhecimento, Nutrição e Promoção da Saúde**

Autores: Renata Borba de Amorim Oliveira, Sabrina Ribeiro Gonzalez, Agatha Girard Pinto, Carolina Barbosa Dumas, Isabella Nogueira Cantão, Isadora Mendes Guimarães Reis, Joana Caetano Chermout Nogueira, Júlia Barbosa Ferraz Vilela, Laiza de Matos Gomes, Maria Karoliny dos Santos Paes Soares, Rafaela Espíndola Costa, Raiany Ladeira Bonafé de Souza, Renata Barbosa da Silva, Suzane de Oliveira Pereira, Gabriel Martins Fajardo.

Email: amorimrb@yahoo.com.br

Local: Macaé

Tempo de execução do projeto até 2021/01: mais de cinco anos

Primeiro setor: Universidade x Prefeitura Municipal

PALAVRAS-CHAVE: envelhecimento, nutrição, promoção da saúde

Conta do projeto no Instagram: @enusa\_ufrj

Vídeo Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=h9ko0iBq9uE>

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável: Saúde e Bem Estar, Erradicação da Pobreza, Educação de Qualidade

### **APRESENTAÇÃO**

A promoção do envelhecimento saudável é uma das diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa no Brasil e converge com a perspectiva da promoção da saúde, que visa trabalhar uma concepção positiva de saúde que supõe a participação dos diversos atores sociais e a adoção de múltiplas estratégias. O projeto Envelhecimento, Nutrição e Promoção da Saúde é amplamente reconhecido tanto no âmbito universitário quanto pela comunidade local, está bem consolidado na região, tendo iniciado suas atividades em 2014. Desde então, desenvolve ações em diversos cenários de atuação social do idoso macaense. O projeto é composto por docentes do Campus UFRJ-Macaé, discentes bolsistas e acadêmicos voluntários. As atividades possuem como recorte teórico a saúde



instituto de química  
Universidade Federal do Rio de Janeiro



GTODS  
CAXIAS

do idoso enquanto processo subjetivo, e são planejadas tendo como base as propostas e diretrizes da educação popular em saúde. As atividades têm como finalidade o fortalecimento da autonomia e do protagonismo do sujeito, visando a promoção da saúde nos aspectos biopsicossociais. Tais ações permitem o compartilhamento de saberes entre comunidade-universidade, auxiliando a formação de alunos envolvidos com a realidade social local, por meio do estreitamento da distância entre a teoria e prática e oportunizando rica troca de conhecimentos. O projeto visa propor aos estudantes uma reflexão sobre o desafio das ações em saúde por meio do diálogo entre promoção de saúde e o processo de envelhecimento.

## **OBJETIVOS**

Implementar estratégias de promoção da saúde associadas ao envelhecimento pautadas pelos ideais da educação popular em saúde; Analisar as principais dificuldades e percepções dos sujeitos idosos macaenses relativas ao seu processo de envelhecimento; Contribuir para o reconhecimento da relação ampliada, complexa e multifatorial entre envelhecimento e saúde; Produzir ferramentas e elementos educativos a serem utilizados nas ações de promoção da saúde; Propiciar a integração entre a universidade e a comunidade, com destaque para o exercício da construção partilhada do conhecimento entre alunos, professores e idosos dos programas municipais.

## **METODOLOGIA**

São realizados rodas de conversa com os idosos de programas municipais da Prefeitura de Macaé, pautadas pelos ideais da educação popular em saúde, concebidos como instrumentos de autonomia e promoção da saúde dos sujeitos. Trata-se de uma intervenção coletiva interdisciplinar que conta com a participação dos idosos, docentes e discentes.

As atividades serão planejadas sob uma perspectiva lúdica e consistem em dinâmicas desenvolvidas pela própria equipe do projeto. No decorrer das ações, diferentes assuntos da área da geriatria e gerontologia são abordados.

Quanto aos recursos materiais e audiovisuais utilizados, destacam-se: materiais educativos; trechos de textos extraídos de revistas; cartazes e materiais elaborados pelos usuários; alimentos; utensílios; projetor multimídia, microfone e amplificador de som (estes últimos, em caso de atividades presenciais). Para as atividades online, todos os sujeitos



instituto de química  
Universidade Federal do Rio de Janeiro



GTODS  
CAXIAS

utilizam os equipamentos tecnológicos disponíveis, como os próprios celulares ou computadores, caso haja esta possibilidade.

As atividades presenciais ocorrem de forma coletiva, em duas modalidades: grupos de aproximadamente 20 participantes, a partir de demanda espontânea, em que são tratados temas como redes de apoio social, tendências sociais do envelhecimento, capacidade funcional, capacidade cognitiva, estado nutricional; e ação expositiva dialogada para o grupo maior de idosos dos programas, cujos encontros contam aproximadamente 100 indivíduos/atividade.

## RESULTADOS

Os usuários participantes das atividades fazem avaliação regular das ações propostas ao responderem a questões norteadoras sobre a metodologia utilizada, se a expectativa foi alcançada, importância do tema, entre outros, elaboradas pela equipe técnica do projeto. O objetivo desta avaliação é apontar as possíveis lacunas da ação e refletir coletivamente sobre estratégias e soluções para melhorar e garantir um melhor aproveitamento da atividade. Os resultados evidenciam frequentemente aspectos positivos, com elevada participação dos idosos, vínculo estreito criado ao longo destes anos e motivação para colaborar nas atividades.

São realizadas avaliações semestrais pela equipe de execução do projeto (docentes, discentes bolsistas e voluntários). A avaliação das ações pretende verificar se as diretrizes da extensão universitária estão sendo adequadamente contempladas (interdisciplinaridade e interprofissionalidade, os impactos na transformação social, interação dialógica, indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão e avaliar o impacto da ação na formação do estudante). Para isto, também serão propostas ações de avaliação por meio de oficinas que integram a equipe técnica do projeto (discentes e docentes). São propostas questões norteadoras que permitem respostas abertas e fechadas, permitindo informações quantitativas e qualitativas sobre as ações. As devolutivas mostram que apesar de dificuldades encontradas, há um impacto positivo para todos os envolvidos.

## CONCLUSÃO

As estratégias de promoção da saúde interdisciplinares associadas ao envelhecimento estruturam o eixo central do projeto, em formato presencial ou remoto. Frequentemente são analisadas as principais dificuldades e percepções dos sujeitos idosos macaenses relativas



instituto de química  
Universidade Federal do Rio de Janeiro



GTODS  
CAXIAS

ao seu processo de envelhecimento, contribuindo para o reconhecimento da relação ampliada, complexa e multifatorial entre envelhecimento, alimentação, nutrição e saúde. São produzidos coletivamente elementos educativos utilizados nas ações de promoção da saúde e o projeto destaca-se por propiciar a integração entre a universidade e a comunidade, com destaque para o exercício intergeracional da construção partilhada do conhecimento entre alunos, professores e idosos dos programas municipais.

## **BIBLIOGRAFIA**

BRASIL - Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília: **Política Nacional de Promoção da Saúde**, 3ª ed., 2010.

FORPROEX. **Fórum de pró-reitores de extensão das instituições públicas de educação superior brasileiras**. Política Nacional de Extensão Universitária. Porto Alegre: Gráfica da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2012. (Coleção Extensão Universitária, v. 7).

OLIVEIRA et al. **Relato de experiência do projeto Envelhecimento, Nutrição e Promoção da Saúde - ENUSA**. In: Lourenço, Ana Eliza Port & Bergold, Leila Brito. Saberes e experiências de extensão em promoção da saúde. Ed Essentia, Campos dos Goytacazes, pág. 81-91, 2019.