



## REDISCUINDO PROMOÇÃO DE SAÚDE E PREVENÇÃO DE DOENÇAS COM UM GRUPO DE IDOSOS DO MUNICÍPIO DE NOVA ERECHIM/ SC: UM RELATO DE EXTENSÃO

Denise Finger<sup>1</sup>

Angela Maria Gomes<sup>2</sup>

Jéssica Daniela Schöder<sup>3</sup>

Alessandra Regina Müller Germani<sup>4</sup>

De acordo com a Primeira conferência Internacional sobre Promoção da Saúde, realizada em Ottawa, Canadá, em 1986, a promoção da saúde é definida como o “processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo”. Considerando esse conceito de promoção de saúde, o presente resumo tem por si o objetivo de relatar experiências vivenciadas por acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Chapecó/SC, na implantação do projeto de extensão intitulado “Processo educativo-reflexivo acerca das práticas de promoção da saúde e prevenção de doenças com um grupo de idosos do município de Nova Erechim/SC”. Objetivou-se assim, desenvolver um processo educativo-reflexivo acerca das práticas de promoção da saúde e prevenção de doenças, fundamentado nos princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde-SUS, com um grupo de idosos, residentes no município de Nova Erechim/SC, bem como torná-los mediadores/multiplicadores deste processo no seu contexto de inserção. No presente momento o projeto se encontra com o cronograma de encontros concluídos. As atividades contaram com a participação de vinte idosos do grupo “Alegria em viver”, do referido município. Os encontros foram realizados semanalmente, e totalizaram, ao final, 10 encontros de 2 horas/aulas, sendo subsidiados pela metodologia do “Círculo de Cultura” de Paulo Freire (1987), que possibilita o envolvimento dos indivíduos e a troca de experiências. Além do mais, o método Freiriano propõe a nossa participação como facilitadores do processo de educação, a criticidade e sensibilização dos participantes ocorrem

<sup>1</sup> Aluna Bolsista no projeto de extensão e acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem pela Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS, Campus Chapecó/SC;

<sup>2</sup> Aluna voluntária no projeto de extensão e acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem pela Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS, Campus Chapecó/SC;

<sup>3</sup> Aluna voluntária no projeto de extensão e acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem pela Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS, Campus Chapecó/SC;

<sup>4</sup> Orientadora no projeto de extensão, Enfermeira Mestra, coordenadora acadêmica do curso de Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS, Campus Passo Fundo/RS.

através do diálogo e socialização das problematizações elencadas pelos mesmos, através de um tema gerador central, sendo esse “práticas de promoção da saúde e prevenção de doenças” do qual emergiram sub-temas a serem debatidos no decorrer dos encontros. No decorrer do projeto, no período entre 12 de julho e 20 de setembro de 2013, foram realizados alguns encontros, abordando temas de interesse do grupo de forma dinâmica e criativa, permitindo a integração entre os idosos e as acadêmicas. No primeiro encontro foi discutido o tema gerador central do projeto, o qual gerou um proveitoso debate sobre o conceito de saúde, de promoção da saúde, qualidade de vida e sobre o protagonismo dos participantes. Já nos encontros subsequentes foram tratados temas como “envelhecimento saudável”, “alimentação saudável”, “diabetes e hipertensão”, “prática de exercício físico”, “estresse e depressão”, “ervas medicinais”, “temperos naturais” e “florais de Bach”. A experiência vivenciada prova que, apesar de ainda existir certa dificuldade em traduzir os princípios da promoção em saúde em ações coerentes, atividades como este projeto proporcionam aos envolvidos conhecimento e autonomia para decidir sobre sua saúde. No que se refere aos acadêmicos envolvidos, pode-se perceber o amadurecimento acadêmico, pessoal e profissional que o projeto proporciona, por meio do fortalecimento do vínculo entre a universidade e comunidade, bem como desperta o compromisso da realização destas atividades no cotidiano profissional, consolidando os princípios e diretrizes do SUS.

**Palavras-chave:** promoção da saúde; prevenção de doenças; projeto de extensão; processo educativo-reflexivo.