

## GRUPO SABER VIVER: ATENÇÃO À SAÚDE E BEM ESTAR DE IDOSOS NA UNIDADE DE SAÚDE COINMA

Ev L. D.; Bulgarelli, A. F.; Bavaresco, C.S.

### INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O conceito de envelhecimento vem passando por alterações no último século. Com o aumento da expectativa de vida fala-se cada vez mais em envelhecimento saudável, não mais ligado à concepção de final da vida. A OMS/ONU recomenda que as políticas públicas relacionadas ao envelhecimento atuem com o conceito de envelhecimento ativo, onde são ofertadas aos idosos oportunidades contínuas de saúde, segurança/suporte e participação social, a fim de aumentar a qualidade de vida conforme as pessoas envelhecem.

A participação em grupo desperta a noção de participação social, onde cada indivíduo se sente responsável por contribuir para o bem do grupo. Com o objetivo de proporcionar um espaço de bem estar social à população idosa adscrita à população da Unidade de Saúde Coinma, criou-se o Grupo Saber Viver.

### AÇÕES DESENVOLVIDAS

O grupo reúne-se a cada quinze dias, nas terças-feiras, das 15h às 17h, no salão da associação de moradores do Coinma, ao lado da Unidade de Saúde. São desenvolvidas atividades de danças, artesanato, atividades físicas, bingos, dinâmicas sobre bem estar físico e social abordando temas diversos como hipertensão, diabetes, saúde bucal, alimentação saudável, autoconfiança e autocuidado. A cada encontro reúnem-se cerca de quinze idosos e, no mínimo, quatro integrantes da equipe de saúde (assistente social, agentes comunitárias de saúde, estagiários de odontologia e enfermagem).



### CONSIDERAÇÕES

O grupo é bastante unido e os participantes relatam gostar muito da atividade. Para eles participar deste espaço é sinônimo de saúde e satisfação.

### REFERÊNCIAS

- Organização Mundial da Saúde (OMS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília (DF): Organização Pan-Americana de Saúde; 2005.
- Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa: caderno de atenção básica nº 19. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2006.