



CONPE 2021

8.º CONGRESSO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

ENSINO, SAÚDE E MEIO AMBIENTE: O IMPACTO DAS INOVAÇÕES TECNOLÓGICAS

de 22 a 26 de novembro de 2021

ISSN 2525-975X

Projeto Vitalidade em tempos de pandemia

Betina Ivana Terra Azevedo Arenari^{1*}, Anete Ribeiro da Gama Barbosa¹, Camila Henriques Nunes¹, Waleska Rodrigues
Manhães Tavares¹

¹Instituto Federal Fluminense

*betinaterra@iff.edu.br

A longevidade da população observada nas últimas décadas trouxe novos desafios para a sociedade. Nesse contexto, o Projeto Vitalidade vem sendo desenvolvido desde 2010 no Instituto Federal Fluminense *campus* Campos Guarus, visando melhorar a capacidade funcional, a autonomia e a inserção social dos participantes (indivíduos acima de 60 anos), além de promover a integração *campus/* comunidade e propiciar projetos de pesquisa. Antes da pandemia iniciada em 2020, os idosos cadastrados eram acolhidos por alunos do Técnico em Enfermagem semanalmente no *campus* Campos Guarus, onde realizavam aferição de pressão arterial, assistiam a palestras ou oficinas em diversas áreas do conhecimento e realizavam atividades físico-recreativas, sob supervisão da professora de Educação Física e estagiários do curso de Educação Física do IFF *campus* Campos Centro. Durante o período de pandemia, os encontros semanais continuam acontecendo de forma remota através do uso de aplicativos, como Whatsapp e Google Meet. Durante esse período, o Projeto tem contribuído ativamente para divulgação de conhecimentos atuais importantes, como o processo de vacinação para COVID-19, e tem promovido momentos de aprendizagem e descontração com os participantes, auxiliando de forma valiosa como paliativo para os efeitos adversos do isolamento social e contribuindo para a saúde e o bem-estar da população idosa. Desse modo, o projeto continua auxiliando na melhoria da qualidade de vida dos idosos e se apresenta como excelente local de educação, pesquisa e interação entre o IFF e a comunidade externa.

Palavras-chave: Saúde do idoso, bem-estar, qualidade de vida.

Instituição de fomento: Instituto Federal Fluminense.