

PROJETO VITALIDADE

Anete Ribeiro da Gama - agama@iff.edu.br

Camila Henriques Nunes – Camila.nunes@iff.edu.br

Claudia Lucia Batista Duncan Lima – Claudia.lima@iff.edu.br

Nathália da Conceição Mendes - nathaliacmfsantos@gmail.com

Eloíde Barros Teles da Silva Rodrigues – eloteles@yahoo.com.br

Resumo

O Projeto Vitalidade é realizado desde 2010 no IFF *campus* Campos – Guarus, promovendo a qualidade de vida dos idosos participantes e a integração entre o *campus* e a comunidade. O aumento da expectativa de vida e as mudanças demográficas ocorridas nas últimas décadas demandam ações de promoção de saúde e bem-estar na terceira idade. Participam do projeto 120 idosos. Os encontros acontecem semanalmente. Duas bolsistas do curso técnico em enfermagem fazem a aferição semanal da PA e registram os dados. É realizada, depois, uma palestra ou oficina com temas diversificados como: direitos dos idosos, educação ambiental, saúde, nutrição, relações interpessoais, economia doméstica, atualidades etc. Após a palestra, uma professora de educação física orienta a realização de atividades físico-recreativas, com foco em exercícios para a manutenção de uma boa postura e mobilidade geral. As atividades são encerradas com um lanche. Eventualmente, são realizados bingos recreativos, visitas culturais, atividades artístico-culturais e participação em eventos promovidos pelo *campus* Guarus ou outras instituições. O curso técnico em enfermagem existente no campus permite ações de saúde preventiva para os participantes, que são de grande importância na formação dos alunos. Em 2015, essas ações foram incrementadas através de uma participação mensal de uma turma do referido curso, onde os estudantes, orientados pelos professores, realizam a pesagem, o cálculo do IMC, a circunferência abdominal, a PA, e a glicemia capilar. Os dados são registrados e serão utilizados em pesquisa realizada pela prof^a Camila Nunes, membro da equipe do projeto, em sua pesquisa no Mestrado em Educação Profissional em Saúde pela Fundação Oswaldo Cruz. O projeto foi apresentado em julho deste ano no 11^o Congresso Brasileiro de Saúde Coletiva em Goiânia, tendo o financiamento da Fiocruz. Também a professora Cristina Souza Vale, da graduação em Nutrição, da Universidade Estácio de Sá, está realizando a pesquisa intitulada “Correlação e comparação do estado nutricional com o nível de funcionalidade e as doenças crônicas não transmissíveis pré-existentes, em dois grupos distintos de idosos não institucionalizados” com os participantes do Projeto. Durante a realização da pesquisa, a professora oferecerá palestras e oficinas sobre nutrição e aproveitamento de alimentos. Os participantes valorizam as atividades, solicitam vagas para amigos e relatam que o projeto contribui para que cuidem melhor da própria saúde e vivam com mais alegria e bem-estar.

Palavras-chave: Terceira Idade. Qualidade de Vida. Saúde.