OPEN ACCESS

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

Brazilian Medical Students Journal

DESENHO DO ESTUDO

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM LAR DE IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

USE OF INTEGRATIVE PRACTICES EM ELDERLY HOME: EXPERIENCE REPORT

Laura Beatriz Morais Leite [1]; Beatriz Machado Moreira [1]; Camila da Fonte Porto Carreiro de Lima Vale [1]; Clarisse Cleide Fagundes Siqueira Chaves [1]; Heloísa Macedo de Araújo Matias da Costa [1]; Ricardo Ney Cobucci1 [2]

1. Universidade Potiguar – UnP, Acadêmico de Medicina

2. Doutorado em ciências da saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte, docente do curso de medicina e da pós-graduação em Biotecnologia na Universidade Potiguar

* mailto:lauramoraisleite@gmail.com

Editor Associado: Livia Teotônio Trufeli

RESUMO

INTRODUÇÃO: Nas últimas décadas, o mundo passa por um processo de envelhecimento populacional. Diante desse contexto e do crescimento do número de idosos sem suporte familiar, surgiram as Instituições de Longa Permanência, em que pessoas na terceira idade ficam abrigadas e recebem cuidados, mas também enfrentam o afastamento do lar e dos familiares. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) surgem como alternativas com potencial de melhorar o bem-estar dos idosos institucionalizados, pois podem melhorar a saúde física, social, mental, emocional e espiritual. **OBJETIVO**: Relatar experiência do uso de PICS para a promoção do bem-estar e socialização de idosos institucionalizados. **RELATO**: Foi realizada uma intervenção em saúde em uma Instituição de Longa Permanência voltada para a terceira idade, com a participação de 21 idosos, 5 coordenadores locais da IFMSA, a fisioterapeuta da Instituição e alguns cuidadores. Nessa ação, foram ofertadas arteterapia, musicoterapia e aromaterapia, permitindo maior interação dos alunos com os idosos e cuidadores e um momento diferente do que habitualmente é feito pela fisioterapeuta. Os alunos aplicaram um questionário antes e depois da intervenção. **DISCUSSÃO**: A análise dos questionários respondidos revelou que a experiência foi apreciada pelos idosos, indicando que a ação cumpriu seu propósito em divulgar as PICS. Entretanto, o pequeno número de idosos envolvidos em uma ação ocorrida apenas em uma manhã é uma limitação que limita a extrapolação desse resultado. **CONCLUSÃO**: A ação atingiu o objetivo de abordar as PICS como alternativas para melhoria da socialização e do bem-estar de idosos institucionalizados. Além disso, permitiu que os alunos aplicassem conhecimento, na prática e pudessem ofertar terapias que podem proporcionar melhor interação dos idosos com cuidadores, relaxamento e bem-estar para todos os envolvidos.

CC BY

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

PALAVRAS-CHAVE: Idoso*; Terapias complementares; Assistência integral à saúde*

ABSTRACT

INTRODUÇÃO: In recent decades, the world has been experiencing a process of population aging. Given this context and the growth in the number of elderly people without family support, Long-Term Care Institutions (LTCI) emerged, in which elderly people are sheltered and receive care, but also face separation from home and family. In this context, Integrative and Complementary Practices (ICP) emerge as alternatives with the potential to improve the well-being of institutionalized elderly people, as they can improve physical, social, mental, emotional, and spiritual health. **OBJECTIVE**: To report experience using ICP to promote the well-being and socialization of institutionalized elderly people. **REPORT**: A health intervention was carried out in a LTCI aimed at the elderly, with the participation of 21 elderly people, 5 local IFMSA coordinators, the Institution's physiotherapist, and some caregivers. In this action, art therapy, music therapy and aromatherapy were offered, allowing greater interaction between students and the elderly and caregivers and a different moment from what is usually done by physiotherapists. The students administered a questionnaire before and after the intervention. **DISCUSSION**: Analysis of the completed questionnaires revealed that the experience was appreciated by the elderly, indicating that the action fulfilled its purpose in publicizing PICS. However, the small number of elderly people involved in an action that occurred only on one morning is a limitation that limits the extrapolation of this result. **CONCLUSION**: The action achieved the objectives of addressing ICP as alternatives for improving the socialization and well-being of institutionalized elderly people. Furthermore, it allowed students to apply knowledge in practice and offer therapies that can provide better interaction between elderly people and caregivers, relaxation, and well-being for everyone involved.

KEYWORDS: *Aged; Complementary Therapies; Comprehensive Health Care*

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento é inerente à vida humana e, nas últimas décadas, a população global vem passando por um aumento gradual da longevidade. No Brasil, dados do IBGE (2021) revelam que a população idosa atingiu 37,7 milhões, quase o dobro de duas décadas atrás.[1,2]

Ao ingressar na terceira idade, os indivíduos passam por um processo natural de senescência, caracterizado pela diminuição gradual das funções fisiológicas, motoras e cognitivas.[2] Essa fase exige atenção especial, mas muitos idosos enfrentam o abandono por parte de suas famílias. Em 2023, por exemplo, o Ministério da Saúde registrou um aumento de 855% nas denúncias de abandono, evidenciando o quadro de negligência.[2]

Assim, as Instituições de Longa Permanência (ILP) surgem como alternativa à falta de suporte familiar, oferecendo acolhimento aos idosos. No entanto, por melhores que sejam os cuidados ofertados nas ILP, pessoas na terceira idade podem adoecer ao ficarem sem uma rede de apoio e são frequentes relatos de aumento de prevalência de algumas doenças entre idosos institucionalizados .[2,3]

Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), implementadas pelo SUS, se destacam por promoverem o bem-estar em diversas áreas da vida, incluindo a saúde física, social, mental, emocional e espiritual dos praticantes. A adoção de musicoterapia, arteterapia e aromaterapia tem se mostrado benéfica como alternativa não medicamentosa, especialmente para os idosos institucionalizados[3,4]. As PICS são práticas que complementam a assistência à saúde e existem diferentes tipos, como uso de pinturas, criação de esculturas, artesanato com papel, tricô, participação usando instrumentos musicais, dança, além de terapias com uso de diferentes cores (cromoterapia) e odores de óleos essenciais (aromaterapia)[3].

Com o intuito de contribuir para o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3 da Agenda 2030 da ONU, foi idealizado um projeto para promover o bem-estar e a socialização de idosos de uma instituição no Rio Grande do Norte através da aromaterapia, musicoterapia e arteterapia, ofertadas por coordenadores da IFMSA BRAZIL UnP, com participação da fisioterapeuta da ILP, de idosos e cuidadores. Dessa forma, o objetivo da ação foi aplicar, em uma manhã, PICS entre os idosos, avaliando através de questionário a satisfação ao final da intervenção. Além disso, esse relato descreve a ação ocorrida em novembro de 2023, em que os alunos buscaram demonstrar as terapias complementares como alternativas para promoção de saúde entre idosos institucionalizados, aplicar o conhecimento na prática para proporcionar melhor

CC BY

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

interação entre estudantes, idosos e cuidadores e avaliar o impacto da intervenção na população que participou.

RELATO

A iniciativa surgiu com um grupo de cinco estudantes de medicina associados à International Federation Medical Student's Association of Brazil (IFMSA-Brazil-UnP), que escolheram idosos institucionalizados como público-alvo do projeto devido à pouca atenção que essa população costuma receber.

A preparação da ação envolveu reuniões de planejamento com os acadêmicos e a fisioterapeuta da instituição, além de capacitações acerca das PICS, incluindo a arteterapia, ludoterapia, musicoterapia e aromaterapia, visando conhecimento sobre as práticas que seriam abordadas na ação.

No dia 01/11/2023, foi realizada a intervenção, com início às 08:00 e fim às 12 h. A ação teve a participação de cinco coordenadoras da IFMSA, da fisioterapeuta, de alguns cuidadores e de 21 idosos. Como ponto negativo da atividade, houve pouco tempo para uma maior interação entre alunos, cuidadores e idosos, pois se percebeu que, quando os participantes começaram a aproveitar melhor o que a ação ofertava, os alunos precisaram encerrar devido às demais atividades acadêmicas.

As atividades foram realizadas na sala comunitária e contaram com dois momentos: no início, foi realizado um acolhimento para perceber como os idosos estavam se sentindo antes da ação. Como forma de avaliar o impacto das dinâmicas, foi aplicado um questionário com os participantes previamente às atividades, e ele foi respondido novamente no final. As perguntas abordavam aspectos relacionados com humor e com as práticas propostas. Para facilitar a participação, foram feitas apenas 5 questões: 1) Como você está se sentindo agora?; 2) Quando você pensa no passado, pensa mais em coisas positivas ou negativas?; 3) Você gosta de desenhar/pintar?; 4) Você já teve contato com aromas como terapia?; 5) Você se sente sozinho?.

A atividade foi estruturada para atender diferentes preferências. Foram formados três grupos de cinco a oito pessoas ao redor das mesas dispostas no local e um grupo de quatro pessoas. Enquanto três grupos se envolviam na prática da arteterapia, que consistiu em realizar o desenho que quisesse em uma folha A4 usando lápis de cor, outro grupo desfrutava do dominó, uma forma de ludoterapia. A diversidade de opções permitiu que cada idoso escolhesse a prática que mais lhe agradava, promovendo assim a inclusão e o engajamento de todos. Enquanto isso, iniciou-se também a musicoterapia com músicas brasileiras, em volume ambiente, as quais remetiam à juventude dos idosos.

Ao longo das atividades, foi distribuída pipoca para os participantes. Esse lanche oferecido na metade da manhã foi recebido com agradecimentos e muitos compartilharam que a pipoca constitui uma lembrança afetiva. Os relatos de que a oferta desse alimento trouxe boas lembranças reforçam a importância de atender não apenas às necessidades básicas, mas também os pequenos prazeres que contribuem para o bem-estar dos idosos.

Na segunda parte, interrompemos por alguns instantes a arteterapia e iniciamos a prática de aromaterapia, a partir do uso de óleo essencial de lavanda. A prática consistia em pingar uma gota de óleo nas mãos dos participantes para que eles pudessem ter contato com o aroma. A incorporação da aromaterapia proporcionou um toque adicional de bem-estar, enchendo o ambiente com fragrâncias suaves que contribuíram para a sensação geral de relaxamento e contentamento.

No total, 21 idosos participaram na ação, mas apenas 14 responderam às perguntas do questionário de forma voluntária. Após responderem a primeira vez antes de iniciar a ação, sete (50%) relataram sentimentos negativos, como tristeza e cansaço. Por outro lado, ao término das atividades apenas um (7%) permaneceu com os sentimentos, demonstrando que a ação teve impacto nos que estavam desmotivados. Na segunda pergunta, 13 (93%) relataram pensar em coisas positivas nas duas aplicações do questionário. Da mesma forma, nove (64%) declararam gostar de pintar/desenhar nos dois momentos e ninguém referiu conhecer uso de aromas como terapia no início da ação. Além disso, seis (42%) relataram se sentir sozinhos antes da ação e três (21%) permaneceram declarando solidão ao fim da manhã.

Não foram aplicadas estratégias de divulgação, pois a ação foi realizada pelas acadêmicas, a fisioterapeuta, cuidadores e pessoas idosas residentes na ILP.

DISCUSSÃO

A análise dos questionários respondidos revelou que a experiência foi apreciada pelos idosos, indicando que a ação cumpriu seu propósito em divulgar as PICS como alternativas viáveis para a promoção do bem-estar e socialização dos idosos institucionalizados. Entretanto, estudo realizado no Brasil revelou que é baixa a prevalência de uso das PICS entre os idosos, pois outras formas de cuidado terapêutico, além do tratamento medicamentoso, ainda são secundárias na prática dos profissionais de saúde[5].

CC BY

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

Além disso, a intervenção atingiu seu principal objetivo ao criar um ambiente propício para a expressão criativa e o relaxamento dos idosos, e ainda ofereceu um momento valioso de socialização para estudantes, cuidadores e residentes da ILP. Estudos ressaltam a importância de abordagens sensíveis e adaptáveis em iniciativas voltadas para a terceira idade.[6,7]

O envelhecimento populacional e o crescimento do número de pessoas em ILP provocam a necessidade de ações capazes de melhorar a saúde do idoso.[8] Nessa ação, a participação ativa dos idosos e dos cuidadores nas atividades de arteterapia, ludoterapia, aromaterapia e musicoterapia evidencia o potencial das PICS para melhorar bem-estar emocional e social. Entretanto, destacamos como limitação que foi relatada uma experiência envolvendo um número pequeno de idosos e ocorrida em uma manhã, limitando extrapolar os resultados descritos para grupos maiores com atividades mais duradouras.

CONCLUSÃO

A ação teve êxito ao permitir que estudantes colocassem em prática os conhecimentos aprendidos na graduação de medicina e divulgassem as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como alternativas para promoção do bem-estar e da socialização de idosos institucionalizados. A aplicação prática das PICS por estudantes de medicina proporcionou uma experiência que agrega possibilidades aos tratamentos convencionais para a terceira idade ensinados na graduação. Entretanto, reafirmamos as limitações desse relato de experiência que envolveu um número pequeno de idosos em um espaço de tempo curto. Dessa forma, estudos com número maior de participantes e maior tempo de duração são necessários para a avaliação dos verdadeiros impactos do uso de PICS como terapias complementares na população idosa institucionalizada.

CONFLITOS DE INTERESSE

Os pesquisadores afirmam que não há conflitos de interesse nesta pesquisa.

FINANCIAMENTO

O financiamento deste trabalho foi realizado por meios próprios dos autores.

REFERÊNCIAS

1. Saraiva AM, Macêdo WM de, Silva JB, Silva PMC, Dias MD, Ferreira Filha MDO. Histórias de cuidados entre idosos institucionalizados: as práticas integrativas como possibilidades terapêuticas. Revista de Enfermagem da UFSM. 2015 Apr 6;5(1).
2. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS [Internet]. Ministério da Saúde. Available from: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics
3. Faria LB, Monteiro J de SS, Alves MLFN, Leão KA. Benefícios da implementação de Práticas Integrativas e Complementares na qualidade de vida de idosos institucionalizados. REAC [Internet]. 19fev.2022 [citado 7maio2024];41:e9768. Available from: https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/9768
4. Pscheidt T, Pereira P. A Música como Prática Integrativa Complementar em idosos institucionalizados / Music as a integrative and complementary practice in institutionalized elderly. Saúde Meio Ambiente V [Internet]. 2021;10:16–28. Available from: http://www.periodicos.unc.br/index.php/sma/article/download/2557/1554
5. Marques PP, Francisco PMS, Bacurau AGM, Rodrigues PS, Malta DC, Barros NF. Uso de práticas integrativas e complementares por idosos: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. SAÚDE DEBATE. 2020;44:845-856. Available from: https://www.scielo.br/j/sdeb/a/KhF5fQSCKGWbzqg4j7kTQPP/?format=pdf
6. Dias DEM, Silva SM da, Ferreira JD de O, Santos IL da S, Campos TNC. Ações de Enfermagem na Promoção da Saúde de Idosos Institucionalizados: uma revisão integrativa / Nursing Actions in Health Promotion for Institutionalized Elderly: an integrative review. Brazilian Journal of Health Review [Internet]. 2021 Jan 10;4(1):674–85. Available from: https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/22861#:~:text=Para%20o%20alcance%20da%20promo%C3%A7%C3%A3o
7. Nascimento, Ana Célia De Lima Bezerra Do et al.. Musicoterapia como estímulo de cognição em idosos institucionalizados em casa de longa permanência:relato de experiência. Anais VI CIEH... Campina Grande: Realize Editora, 2019. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/53789>. Acesso em: 08/05/2024 19:09
8. Camarano AA. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. RC do IPEA [Internet]. 2002 Jan 1 [cited 2024 May 8]; Available from:

CC BY

DOI: 10.53843/bms.v9i13.755

https://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/2091?
locale=pt_BR

CC BY