

## RESUMO

### #61 As Práticas Integrativas e Complementares como ferramentas de cuidado em um grupo de convivência para idosos: relato de caso

#### *Integrative and Complementary Practices as tools care to older group: case report*

**Introdução:** A crescente expectativa de vida no Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), resulta em uma população idosa de aproximadamente 25 milhões de indivíduos que, em sua maioria, são assistidos pelas redes de saúde, principalmente na Atenção Básica (AB). Um dos recursos de assistência em saúde e cuidados com a promoção e garantia da qualidade de vida ao idoso é a implementação e consolidação de Grupos de Convivência (GC) na AB. É uma das estratégias utilizadas no grupo é a inserção de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs), fitoterapia, yoga, meditação, dança circular, automassagem, aromaterapia, musicoterapia, entre outras. Este projeto de extensão iniciou-se em 2015, contando com a participação de discentes e docentes dos cursos de Enfermagem, Psicologia e Educação Física da Universidade Federal de Goiás/Regional Catalão (UFG/RC), além da equipe da saúde da UBSF. As atividades ocorrem na unidade e na escola municipal do bairro, a qual também é parceira no projeto. As atividades possuem como foco principal a promoção e manutenção da saúde além da prevenção de agravos. **Objetivo:** Descrever as vivências de um grupo de convivência para idosos que ocorre uma Unidade Básica de Estratégia de Saúde da Família-UBSF do município de Catalão – GO e suas experiências com as PICs. **Metodologia:** Trata-se de um relato de caso baseado na descrição da experiência acerca das atividades desenvolvidas no grupo de convivência para idosos. Este projeto de extensão iniciou em 2015, e participam discentes e docentes dos cursos de Enfermagem, Psicologia e Educação Física da Universidade Federal de Goiás/Regional Catalão (UFG/RC), além da equipe da saúde da UBSF. As atividades possuem como foco principal a promoção e manutenção da saúde e prevenção de agravos. **Resultados:** Participam das reuniões aproximadamente 18 idosos entre 60 e 80 anos de idade. No grupo, são implemen-



Myla Aparecida Costa Carneiro<sup>1</sup>

Calíope Pilger<sup>1</sup>

Nunila Ferreira de Oliveira<sup>1</sup>

Emilse Terezinha Naves<sup>1</sup>

Lana Ferreira Lima<sup>1</sup>

Arielly Luíza Nunes Silva<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Goiás, Regional Catalão. Catalão, GO, Brasil.

E-mail: mylac2@hotmail.com

tadas atividades que buscam o cuidado integral do indivíduo no âmbito físico, mental e espiritual, através da exploração de seus saberes populares prévio e a apresentação de novas formas de promover a saúde utilizando as PICs. Entre as muitas atividades realizadas no GC, algumas se destacam, como: (re)socialização por meio de passeios em pontos turísticos da cidade, rememoração de cuidados naturais em saúde relacionados à crença e religião, comunicação e contato com outros idosos através de rodas de conversa, realização de atividades de alongamento e relaxamento, dobraduras em papel com desenvolvimento de habilidades músculo-articulares em desuso e apresentação das PICs com uso de técnicas,

como: uso de chás, reconhecimento de ervas fitoterápicas, yoga, automassagem, meditação, danças circulares, musicoterapia e outros. **Conclusão:** Após a realização das atividades foi perceptível a formação de um vínculo forte com os idosos e a participação ativa de todos os membros, além do envolvimento da equipe de saúde no processo de realização das técnicas adotadas para o cuidado em saúde. Dentre as diversas estratégias utilizadas percebeu-se que o uso das PICs no GC motivou os idosos a participarem de outros projetos de extensão estabelecidos na unidade, como o Reiki na AB e o troca de saberes populares envolvendo a fitoterapia.

**Palavras-chave:** Grupo de Convivência. Idosos. Teraapias Complementares.

## REFERÊNCIAS

1. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico, 2017. [acesso em: 27 ago 2017]. Disponível em: <www.ibge.gov.br>.
2. Vargas, LS, Lara MVS, Mello-Carpes PB. Influência da diabetes e a prática de exercício físico e atividades cognitivas e recreativas sobre a função cognitiva e emotividade em grupos de terceira idade. Rev Bras Geriatr Gerontol. 2014; 17(4):867-78.