

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE ENFERMAGEM
COMISSÃO DE EXTENSÃO**

**AÇÕES DE EXTENSÃO REALIZADAS NOS CURSOS DE ENFERMAGEM E DE
SAÚDE COLETIVA DA UFRGS**

ANAIS 2019

**Organizadoras: MARIENE JAEGER RIFFEL
VIRGÍNIA LEISMANN MORETTO
IVANA DE SOUZA KARL**

**Porto Alegre
Maio 2020**

6. A QUALIDADE DE VIDA EM CUIDADORES LEIGOS TRABALHADORES DE MEIA IDADE E IDOSOS EM RELAÇÃO AOS RISCOS CARDIOVASCULARES [39225]

CARGA HORÁRIA TOTAL: 115h.

COORDENADORA. Ana Karina Silva da Rocha Tanaka.

INTEGRANTES: Juliana Petri Tavares, Luiza Maria Gerhardt, Margarita Ana Rubin Unicovsky Claudine Lamanna Schirmer, Ayume Oliveira Yamamoto, Caroline Cezimbra Hoffmann, Júlia Piccinini.

INTRODUÇÃO. Com o aumento do envelhecimento populacional e a inversão da pirâmide etária, as doenças crônicas não transmissíveis e as doenças degenerativas têm sido mais discutidas. O avançar da idade traz consigo alterações no estilo de vida de um indivíduo, cuja origem pode ser fisiológica, genética, ambiental ou emocional. Entretanto, no caso de indivíduos idosos, podem ocorrer transformações mais severas em seu estado funcional fazendo emergir a necessidade de auxílio no exercício de atividades antes desempenhadas normalmente. Desta forma, o trabalhador cuidador precisa aprender a ter uma melhor qualidade de vida em relação aos riscos cardiovasculares associados ao seu próprio envelhecimento. O público alvo foi de cuidadores trabalhadores da comunidade e de instituições de longa permanência. Houve 17 participantes cadastrados na ação que foi desenvolvida entre março e julho de 2019.

PALAVRAS-CHAVES. Cuidador. Saúde do trabalhador. Envelhecimento. Qualidade de vida. Risco.

OBJETIVO. Orientar cuidadores trabalhadores leigos de meia idade e idosos em relação à: qualidade de vida e aos riscos cardiovasculares no envelhecimento; aspectos biológicos, psicológicos e sociais associados à qualidade de vida e riscos cardiovasculares no envelhecimento.

DESENVOLVIMENTO. Este projeto foi oferecido para cuidadores trabalhadores leigos da comunidade e profissionais que trabalham em instituições de longa permanência, de meia idade e idosos. Foram realizados encontros semanais das 13h às 18h de forma presencial e à distância. O projeto foi desenvolvido nas dependências da Escola de Enfermagem do mês de março à julho.

METODOLOGIA. As estratégias pedagógicas utilizadas foram aulas dialogadas e expositivas, em forma de discussões, seminários, trocas de experiência, debates e filmes. A mobilização para aprendizagem e conhecimento integralizando teoria com a prática foram constantes e contínuas e objetivaram o cuidado integral e seguro.

CONSIDERAÇÕES FINAIS. Foram alcançados os objetivos do curso de forma reflexiva e lúdica, buscando-se o crescimento contínuo de professores e participantes. As avaliações dos participantes indicaram a média 9,8 de aproveitamento do curso; houve sugestões para novos cursos; os cuidadores entendem a importância da ação advinda da universidade, que, ao proporcionar espaços para a promoção de conhecimento à comunidade amplia sua área de abrangência. Pretende-se desenvolver outro curso ainda neste de 2019.