



UNATI: O IDOSO E AS MODIFICAÇÕES NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

DIAS, Helena Matielo¹; ROSA, Bruna Pires²; CARVALHO, Alexandra²; BRUNELLI, Ângela Vieira³; GARCES, Solange Billig⁴; THUN, Cristina⁴; HANSEN, Dinara⁴; CAMARGO, Maria Aparecida⁴; ROSSATO, Vania Mari⁴

Palavras-Chave: Envelhecimento. Educação. Saúde.

O envelhecimento pode variar de indivíduo para indivíduo, sendo gradativo para uns e mais rápido para outros. É um processo dinâmico e progressivo no qual há modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam a perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos. Este tema foi trabalhado em uma oficina com 30 idosos do projeto de extensão Universidade Aberta da UNICRUZ (UNATI) onde procurou levar informações sobre as modificações do processo de envelhecimento aos idosos e as formas de atenuar esta etapa quando se manifestam de forma negativa. Na oficina foi utilizado material áudio visual com a explanação sobre o tema da oficina e procurando contemplar as vivências dos idosos. Foram apresentadas as principais modificações desse processo do envelhecimento que é a perda bilateral lenta e progressiva da audição, a diminuição do campo e acuidade da visão, as alterações nas sensações do tato, a baixa força muscular, mobilidade, equilíbrio estático e dinâmico dos músculos, a redução do colágeno, das fibras elásticas e da vascularização da pele, também uma breve conversa sobre as consequências das quedas que nessa faixa etária a incidência é maior, a prevenção, tratamentos dessa e de outras doenças relacionada ao envelhecimento e a importância do cuidado e atenção que familiares, amigos e profissionais da saúde devem ter com os idosos. Percebeu-se que assim que concluída a oficina e aberto a perguntas, proporcionou-se uma troca de diálogos que contribuiu para perceberem que a visão do envelhecimento que eles possuem é positiva, diferente do que a sociedade os enxerga e que os problemas de envelhecimento são vividos por todos do grupo e desta forma os idosos podem verificar que são características da sua própria faixa etária.

¹ Acadêmica de Biomedicina. Bolsista PIBEX. Universidade de Cruz Alta. helenamatielo@hotmail.com

² Acadêmicas do Centro de Ciências da Saúde da Universidade de Cruz Alta. Bolsistas Voluntárias PIBEX

³ Professora do Centro de Ciências da Saúde da Universidade de Cruz Alta. Coordenadora do UNATI - angelavbrunelli@unicruz.edu.br

⁴ Professoras colaboradoras do UNATI da Universidade de Cruz Alta.