



# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



## Assistência na qualidade de Vida da terceira idade

**AUTORES:** DANIELI DA SILVA SIQUEIRA (Autor), Marta Pereira Coelho (Orientador), Victoria Reis Lucio (Colaborador), Juliane Rocha de Oliveira (Colaborador), Yara Tatagiba Siqueira (Colaborador), Fernando Guirra Silva (Colaborador)

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos, qualidade de vida, saúde.

### RESUMO:

Introdução Frente a frequente elevação do número de idosos no mundo, e preciso desenvolver ações que contemplem esse grupo social, observar e oferecer ações que promovam a qualidade de vida. O Projeto Feliz Idade após a observação de idosos do bairro Coahb, onde foi identificado alto de níveis de idosos sedentários e índice elevado de doenças não transmissíveis. Ao longo desses anos a o “Projeto Feliz idade” vem obtendo resultados satisfatórios, tendo grande adesão da população idosa local, assim desenvolvendo atividades tanto para a promoção quanto na prevenção destas doenças e resgatando a cidadania dos mesmos, com mudanças de hábitos onde se busca a qualidade de vida tão almejada. Objetivo Desenvolver atividades de promoção e prevenção da saúde. - Conscientizar a população através de educação em saúde; - Promover a integração entre o grupo; - Orientar a pratica de atividades físicas e de recreação; - Proporcionar meios de sua resgatar a autonomia. Metodologia O projeto Feliz idade tem como publico alvo idoso do bairro Coahb, São Mateus, há nove anos. A execução se deu pela busca de conhecimento da população, divulgação do projeto, cadastramento de idosos, exame físico do mesmo, apresentação do projeto a equipe de Programa da saúde da família (P.S.F.). Todos os idosos que se apresentam nos grupos de risco são cadastrados, para acompanhamento realizado periodicamente pelos voluntários e os profissionais do P.S.F. e o desenvolvimentos de palestras, atividades físicas e lúdicas. Resultados: No decorrer deste projeto foi possível obter a melhora no condicionamento físico desses idosos, aumento da interação do grupo com a sociedade, aumento da independência e adesão de conhecimentos para os idosos. Conclusão Conclui-se que o projeto oferece uma atividade voltada para a estimulação tanto da saúde física quanto psicológica, de forma lúdica e interativa, aumentando assim a qualidade de vida da população idosa. Palavras-chaves: idosos, qualidade de vida, saúde.

Instituição de Ensino: Universidade Federal do Espírito Santo

ISBN: 978-85-93416-00-2

