



Experiências vivenciadas em um projeto de extensão no Amazonas sobre ações educativas em saúde para idosos

Lived experiences in an university extension project in Amazon about health educational actions to the elderly

Experiencias vividas en un proyecto de extensión en el Amazonas sobre acciones educativas en salud para ancianos

Mônica Ferro Nascimento¹, Ana Caroline Narvaes Souza¹, André Victor Rabelo Monteiro¹, Deyvylan Araujo Reis¹, Priscilla Mendes Cordeiro¹.

RESUMO

Objetivo: Descrever as experiências vivenciadas pelos discentes de Enfermagem em um projeto de extensão sobre ações educativas em saúde para os idosos de um programa em uma universidade no Amazonas. **Relato de experiência:** O cenário de vivência foi o Programa Vida Ativa, fruto de uma iniciativa desta universidade. As atividades foram realizadas com planejamento, organização e execução das ações educativas aos idosos cadastrados e acompanhados pelo programa. Os temas abordados foram sugeridos pelos próprios idosos, a saber: Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Diabetes Mellitus (DM), cuidados com a coluna lombar e osteoporose, que foram expostos de forma lúdica e educativa, buscando a conscientização dos ouvintes acerca de hábitos saudáveis e a prevenção das patologias abordadas. **Considerações finais:** Destacou-se, por fim, a importância da existência e desenvolvimento de projetos de cunho educativo com este grupo etário, de forma contínua para promoção da saúde e prevenção de doenças, além de incentivar o autocuidado. Além desse fator, o processo de ensino-aprendizagem se demonstrou eficaz para os alunos integrantes do projeto que foram beneficiados pela ação, contribuindo para a formação acadêmica e profissional dos participantes.

Palavras-chave: Extensão universitária, Educação em saúde, Saúde do idoso.

ABSTRACT

Objective: To describe the experiences of Nursing students in a project at an university in Amazonas that focused on educational actions in health for the elderly. **Experience report:** The experience scenario was the "Programa Vida Ativa", the result of an initiative of this university. The activities were carried out with planning, organization and execution of educational actions for the elderly registered and monitored by the program. The topics addressed were suggested by the elderly themselves, namely: Systemic Arterial Hypertension (SAH), Diabetes Mellitus (DM), lumbar spine care and osteoporosis, which were exposed in a playful and educational way, seeking to raise listeners' awareness about habits of health and the prevention of the addressed pathologies. **Final considerations:** Finally, the importance of the existence and development of educational projects with this age group was highlighted on an ongoing basis for health promotion and disease prevention, in addition to encouraging self-care. Further to this factor, the teach-learning process proved to be effective for the participating students in the project that benefited from the action, contributing to the academic and professional training of the participants.

Keywords: University Extension, Health education, Elderly health.

¹ Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Manaus - AM.

RESUMEN

Objetivo: Describir las experiencias vividas por estudiantes de Enfermería en un proyecto de extensión sobre acciones educativas en salud para ancianos en un programa de una universidad en Amazonas. **Informe de experiencia:** El escenario de la experiencia fue el “Programa Vida Ativa, resultado de una iniciativa de esta universidad. Las actividades se realizaron con la planificación, organización y ejecución de acciones educativas para los adultos mayores registrados y monitoreados por el programa. Los temas abordados fueron sugeridos por los propios ancianos, a saber: Hipertensión Arterial Sistémica (HAS), Diabetes Mellitus (DM), cuidado de la columna lumbar y osteoporosis, los cuales fueron expuestos de forma lúdica y educativa, buscando sensibilizar a los oyentes sobre hábitos de salud y la prevención de las patologías abordadas. **Consideraciones finales:** Finalmente, se destacó la importancia de la existencia y desarrollo de proyectos educativos con este grupo etario, de manera permanente para la promoción de la salud y prevención de enfermedades, además de incentivar el autocuidado. Además de este factor, el proceso de enseñanza-aprendizaje demostró ser efectivo para los estudiantes participantes del proyecto que se beneficiaron de la acción, contribuyendo a la formación académica y profesional de los participantes.

Palabras clave: Extensión universitaria, Educación para la salud, Salud de los ancianos.

INTRODUÇÃO

A senescência é um processo contínuo, gradual e pessoal. Natural a todos aqueles que compõem a raça humana, é influenciado por diversos fatores ao longo de uma vida, alguns relacionados à suas escolhas como o estilo de vida e as relações interpessoais, outros intrínsecos à sua existência como a genética, o gênero, as disparidades sociodemográficas e oportunidades ofertadas, cada qual impactando de forma direta ou indireta a saúde daqueles que chegam à última fase do envelhecer (SILVA et al, 2020). Dessa forma, trata-se de um desafio para órgãos como o Ministério da Saúde (MS) e a Organização Mundial de Saúde (OMS) categorizar cada faixa etária, especialmente os idosos, dada a importância da classificação para melhor avaliar esse recorte populacional e efetuar medidas que os atendam.

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a classificação de pessoa idosa varia de acordo com as condições de cada país: nos países desenvolvidos são consideradas pessoas idosas aquelas com idade igual ou superior a 65 anos, enquanto que em países em desenvolvimento, são idosos aqueles com 60 anos ou mais (WHO, 2022; BRASIL, 2010). Com essa definição foi estabelecida em 1994, no Brasil, a Política Nacional do Idoso, norteadora das ações do Ministério da Saúde, em que surge com a proposta de ampliar o cuidado à pessoa idosa em todas as esferas em que está inserida por meio da prevenção de doenças e manutenção de sua saúde, garantia de seus direitos, viabilizando sua integração à sociedade e promovendo sua autonomia (BRASIL, 1994).

O envelhecimento é um processo natural, mas diferente para cada indivíduo que o vivencia. Somada às alterações fisiológicas e à perda de algumas funcionalidades, a forma de socialização com os outros e consigo também sofre mudanças, afetando diretamente a qualidade de vida e saúde psicológica da pessoa idosa. Além das patologias frequentemente associadas ao processo de envelhecer, as mudanças e o aumento da dificuldade de realizar atividades diárias despertam um sentimento de frustração, sendo possível perceber na maior parte desse grupo populacional um movimento de isolamento, que provém tanto do próprio indivíduo quanto da sociedade em si (FERREIRA VHS, et al., 2020).

Agregado a isso, as condições de saúde da população idosa no Brasil não são as mais favoráveis. Os últimos dados da Pesquisa Nacional de Saúde do ano de 2013 apontaram que aproximadamente 80% dos brasileiros com 60 anos ou mais possuem uma ou duas comorbidades crônicas autorrelatadas, sendo mais prevalente a hipertensão arterial, seguida por dor nas costas (BOCCOLINI CS, 2016). As Doenças Crônicas (DCs) ou Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) como doenças cardiovasculares, câncer, diabetes e doenças respiratórias crônicas (OMS, 2013; LUCIANI S, 2023) são mais frequentes e necessitam de monitoramento de fatores de risco, visando apoiar intervenções em saúde pública.

Tendo em vista tal panorama, faz-se necessária a criação de ações educativas que contemplem o público idoso, como um meio de evitar o agravamento de sua saúde e bem-estar. Para Seabra CAM, et al. (2019), a educação em saúde com interação e participação da pessoa idosa mediante as suas necessidades resulta em maior produtividade da ação, com respostas mais efetivas. Por meio dessas ações são realizadas

orientações e a conscientização sobre a doença crônica acometida, mudanças de hábitos não saudáveis e de comportamentos, principalmente em uma fase da vida em que alguns indivíduos julgam não haver mais possibilidade de mudança. São imprescindíveis ações como a educação em saúde da pessoa idosa pelos órgãos públicos brasileiros em todas as suas esferas, em que haja propagação, apoio e financiamento de atividades similares, com foco em autonomia, independência, melhoria da qualidade de vida por meio do envelhecimento ativo e saudável, além da redução de comorbidades e mortalidade.

A Educação em Saúde é uma estratégia que potencializa o cuidado de enfermagem promovido pelo enfermeiro, que é o profissional com maior proximidade ou contato com o paciente ou indivíduo. Abre-se a oportunidade para que o conhecimento teórico seja repassado da forma mais leve e didática possível, levando o indivíduo à reflexão e mudança de atitudes com vistas ao seu bem-estar, a fim de garantir a sua participação no seu próprio cuidado (COSTA DA, et al., 2020).

A ação educativa em saúde como recurso é fundamental para melhorar a capacidade de se manter saudável e é uma excelente forma de aprendizagem, veiculação da informação, reflexão crítica, além de proporcionar comportamentos positivos para uma velhice com qualidade de vida (SOUZA WGA, et al., 2006; CILB, 2015; OLIVEIRA NGN e TAVARES DMS, 2021; CARVALHO KMDE, et al., 2018).

Dessa forma, este relato justifica-se pela necessidade de refletir acerca da realização do projeto de extensão de ações educativas em saúde voltadas à pessoa idosa, que se torna relevante para educação em saúde ao público, além da contribuição na formação do discente do Curso de Enfermagem. Fazem-se necessários espaços de inclusão para o idoso, permitindo o acolhimento e a reprodução de informações para melhora da qualidade de vida. Nessa perspectiva, o objetivo deste artigo foi descrever as experiências vivenciadas pelos discentes de Enfermagem em um projeto de extensão sobre ações educativas em saúde para os idosos de um programa de uma universidade no Amazonas.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Para sistematização da experiência, este estudo seguiu a proposta de Holliday (2006), que direciona a ordenação e a reconstrução dos fatos vividos a partir de cinco etapas, permitindo a narração dos acontecimentos, a descrição dos processos, a escrita de memórias, a classificação do tipo de experiência e ordenação de dados. A primeira etapa, o “ponto de partida”, consistiu no registro da experiência, que se deu por meio do documento entregue no relato individual no final do projeto para relatório final ao programa, além dos registros fotográficos das atividades em todas as etapas do projeto com autorização dos integrantes e público-alvo.

Na segunda etapa, “perguntas iniciais”, foram definidos os objetivos para descrever a vivência experienciada pelos acadêmicos. Na “recuperação do processo vivido”, caracterizada como terceira etapa, foi feita uma ordem cronológica dos acontecimentos para que o relato obtivesse uma organização e sequência lógica. No quarto momento, “Reflexão de fundo”, realizou-se uma análise da experiência vivida e das bases teóricas disponíveis para interpretação das atividades realizadas. Na quinta etapa, definida como “O ponto de chegada”, fez-se uma reflexão acerca da relevância do projeto e considerações finais.

O projeto de extensão teve seu início com o treinamento e a capacitação dos discentes pelos professores orientadores. Foram realizados quatro encontros para as discussões sobre a forma como seriam abordados os assuntos e quais materiais seriam utilizados nas ações educativas com os idosos. Os alunos foram divididos em grupos, para que cada um direcionasse o seu foco para temas específicos, tornando o trabalho mais organizado. Além disso, o objetivo de toda a atividade ficou bem definido, para que os alunos auxiliassem na criação de um espaço lúdico de aprendizagem e, acima de tudo, de abertura para os participantes.

Os docentes deste projeto utilizaram métodos de ensino como ministração de aulas sobre a temática, filmes que abordam o assunto em questão, discussão de texto (artigos e capítulos de livros na área da gerontologia) sobre o assunto, entre outros. Entre as atividades realizadas, a primeira baseou-se na visita ao local das ações de extensão para o reconhecimento de espaço, estrutura física e recursos humanos. A partir disso, foi iniciada a organização do projeto, nomeadamente: confecção da logomarca e das camisas para os membros e lista dos materiais necessários para realização das atividades com os idosos.

Durante a visita ao local, foi realizado um contato inicial com idosos para conhecer o público-alvo e realizar o levantamento dos temas de interesse e necessidade, além das informações obtidas pela coordenadora do programa. Agregado a isso, esse primeiro momento foi também importante para criar uma relação de proximidade e confiança, a fim de facilitar a interação nas atividades que seriam realizadas posteriormente.

A quinta-feira à tarde foi escolhida como o dia e o turno para a realização das ações do projeto aos idosos do Programa Vida Ativa da Universidade. As ações ocorreram no mês de agosto de 2022, em quatro encontros e com temas definidos: hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, cuidados com a coluna lombar e osteoporose, dando enfoque para essas patologias associadas à população idosa. A atividade educativa teve duração de 30 a 50 minutos, utilizando recursos audiovisuais como *data show*, cartazes, folhetos e dramatização realizada pelos discentes do projeto. A avaliação foi realizada por meio de questionamentos pelos interessados e resposta do público-alvo. É importante mencionar que, para a atividade presencial, foram realizados todos os cuidados relacionados às medidas preventivas e sanitárias para a covid-19, além de um levantamento de todos os envolvidos ou participantes (discentes integrantes, idosos, servidores do Programa da Vida Ativa e coordenadores do projeto).

As ações educativas voltadas aos idosos foram previamente programadas com envio de um cronograma de atividade com data e horário para a coordenação do Programa Vida Ativa, além da divulgação por meio de cartazes no local. O público-alvo atingido na ação do projeto foi em torno de 60 idosos participantes, contabilizados em todas as ações.

As temáticas desenvolvidas em cada encontro com os idosos foram experiências enriquecedoras tanto para o público-alvo como para os discentes integrantes do projeto de extensão. Os temas desenvolvidos nas ações foram especificados para a pessoa idosa. As metodologias empregadas nas ações de educação em saúde foram ativas e inovadoras.

No primeiro encontro da ação educativa, abordou-se o tema “Hipertensão arterial sistêmica no idoso”, com a realização de uma demonstração com materiais simples para representar os vasos sanguíneos e as complicações decorrentes de maus hábitos. Para isso, foi criada uma analogia com uma estrada simbolizando os vasos sanguíneos e os carros simbolizando o sangue e seus componentes. Para demonstrar a rigidez vascular associada à hipertensão, foi ilustrado o estreitamento dessa estrada, mostrando os carros saindo pelo acostamento da via como analogia ao risco de acidente vascular encefálico (AVE) e demais enfermidades ocasionadas pela HA. Ao final da explanação, todos participaram de um “Quiz” (**Figura 1**) como forma de medir a retenção do assunto. Para tanto, os participantes foram divididos em dois grupos e em um “tapete-tabuleiro”, desenvolvido pelos acadêmicos, e avançavam a cada resposta correta. Todos se mostraram muito engajados e responderam corretamente, tendo o grupo vencedor recebido um brinde especial.

Figura 1 - Quiz utilizado na atividade sobre hipertensão.



Nota: Imagem produzida na plataforma Canva®

Fonte: Nascimento MF, et al., 2023.

No segundo encontro da ação foi abordado o tema “Diabetes mellitus no idoso”. Foram identificadas algumas dúvidas frequentes entre o público-alvo e informações que precisavam ser explanadas de forma mais explícita. Primeiramente, fez-se uma introdução, explicando características e sintomas da pessoa

portadora de diabetes, além de desconstruir alguns mitos disseminados no dia a dia. Para embasamento da atividade lúdica, destacou-se ser importante mostrar o açúcar presente em alguns alimentos do cotidiano, nomeadamente pão, bolo, refrigerante em lata, para proporcionar uma noção aos idosos dos alimentos que devem ser evitados. A demonstração foi feita colocando o alimento ao lado de um copo com a quantidade exata de açúcar e foram oferecidas opções possíveis para substituir os alimentos maléficos. No fim da atividade, foram distribuídos brindes para estímulo e agradecimento pela participação.

O terceiro encontro abordou o tema “Osteoporose no idoso” (**Figura 2**). Discutiu-se sobre o que é a patologia, suas complicações que levam à fragilidade dos ossos e possíveis evoluções para casos graves, que ocasionam dor e fraturas. Foi destacado que, embora a perda de massa óssea seja própria do envelhecer, existem maus hábitos que agravam esse processo: o consumo de refrigerantes, excesso de bebidas alcoólicas, tabagismo, pouco consumo de cálcio, baixa exposição ao sol e diminuição da prática de exercícios físicos. Nesse dia, foram realizadas algumas brincadeiras de roda com músicas e danças, para demonstrar que é possível realizar atividades físicas de forma prazerosa.

Figura 2 - Ilustrações das atividades sobre osteoporose e cuidados com a lombar.



Nota: Imagem produzida na plataforma Canva®

Fonte: Nascimento MF, et al., 2023.

No quarto e o último encontro, foi desenvolvido o tema “Cuidados com a coluna lombar no idoso” (**Figura 2**), ressaltando as diversas formas de se manter uma boa postura no cotidiano, além da importância da prática regular de exercícios, que fortaleçam a musculatura, sempre acompanhada por profissionais da área. A orientação e a demonstração da atividade que mostra como levantar objetos foram enfatizadas na ação educativa de cuidados para não prejudicar a coluna. Com isso, foram realizadas dinâmicas como distribuição de balões pela sala que continham uma afirmação acerca do que foi explanado na atividade educativa, a fim de que os idosos respondessem se aquela era uma afirmação verdadeira ou falsa. A participação dos ouvintes foi estimulada também com o pré-aviso de que seriam distribuídas lembranças a todos aqueles que interagissem e respondessem às questões.

Ao final do projeto, obteve-se um retorno positivo. Os idosos relataram o quanto as atividades foram divertidas e, acima de tudo, esclarecedoras para dúvidas que ainda existiam no grupo. Assim, a ação educativa dos temas propostos obteve participação dos idosos como troca de informações e conhecimentos para o seu autocuidado, visto que, nas atividades finais, a maior parte das respostas dos participantes às questões propostas estava correta.

DISCUSSÃO

O processo do envelhecimento populacional pelo qual o Brasil passa é histórico e comum a países em desenvolvimento, sendo caracterizado pelo aumento da população idosa, o que influencia diversos aspectos sociais, econômicos e de saúde (OLIVEIRA AS, 2019). O aumento do percentual de tal grupo se deve, entre outros motivos, à melhorias no cuidado com saneamento, doenças infectocontagiosas, agudas e crônicas, além de modificações no estilo de vida. Dessa forma, faz-se necessária a promoção de atividades por parte de profissionais de saúde, especificamente do enfermeiro, que visem ao bem-estar daqueles que, em breve, serão o maior grupo populacional em nosso país (CARVALHO KMDE, et al., 2018).

O valor da educação em saúde foi evidenciado por pesquisas e definido como processo pedagógico emancipatório, favorecendo o desenvolvimento da autonomia intelectual. Agregado a isso, a troca de saberes científico e popular traz uma maior compreensão do idoso acerca de si e de realidades diversas, valorizando também o seu conhecimento sobre os temas abordados (SEABRA CAM, et al., 2019). Nesse sentido, durante as atividades do projeto, foi oportunizado espaço para esclarecimento de dúvidas, exposição de experiências e informação por parte dos idosos, além dos questionários elaborados no final de cada atividade. Assim, foi possível valorizar o autoconhecimento que detinham e corrigir alguns mitos e hábitos inadequados.

Marques MB, et al. (2019), ao avaliarem a eficácia de intervenções educativas de enfermagem para o autocuidado em idosos com diabetes mellitus evidenciaram, por meio da intervenção realizada no estudo como forma positiva, a troca de saberes com amigos e familiares, além de adoção de hábitos saudáveis, mudanças no comportamento e ampliação do autocuidado. Destarte, foram multiplicadas informações com os amigos e familiares dos idosos. A influência positiva é possível com o estabelecimento de um relacionamento amigável com o cliente, habilidade essa que é exercida durante projetos de extensão e atividades extracurriculares.

O Decreto nº 9.921, de 18 de julho de 2019, trata do Compromisso Nacional para o Envelhecimento Ativo, mencionando a Estratégia Brasil Amigo da Pessoa Idosa. Em conformidade com essas diretrizes explícitas, está a fomentação de ações educativas em saúde, além de programas e serviços que promovam o envelhecimento ativo. Somado a isso, um dos objetivos da estratégia é o planejamento de estudos e publicações que abordem a população idosa e sua situação social, evidenciando essa realidade (BRASIL, 2019). Nesse sentido, observa-se a importância das ações educativas e a necessidade de realizá-las.

As atividades desenvolvidas com os idosos não tiveram seu foco somente em palestras com os temas definidos pelo grupo etário, mas também como oportunidade do contato geracional, além de promover uma ação mais lúdica que tivesse a participação dos idosos e reforçasse os assuntos que haviam sido tratados. Tais dinâmicas são oportunidades importantes para construção de relacionamento com os idosos que participam dessas ações. Por meio da informalidade, de diálogos mais abertos e risadas, é possível cativar os idosos de forma mais assertiva (CHUNG MCHL, et al., 2020).

Durante essa fase da vida, muitos se colocam em uma situação de exclusão e inferioridade por se julgarem perto do “fim da vida”; logo, torná-los parte do processo de construção de seu próprio bem-estar, demonstrando que é possível passar pelo processo de envelhecimento com saúde, é fundamental a criação de projetos educacionais voltados a esse público (OLIVEIRA FA, et al., 2018). Além disso, atribuir-lhes a responsabilidade pelo controle de sua alimentação, conscientizá-los quanto à prática de exercícios ou outros fatores de melhora ou piora dos quadros de cada um dos agravos à saúde e comorbidades apresentados nos encontros realizados durante o projeto também contribui para resgatar a significância pessoal de cada um deles.

Como detentora do conhecimento técnico-científico, a enfermagem tem um papel relevante na identificação de particularidades e no incentivo à promoção da saúde a partir de ações educativas, contribuindo para o envelhecimento ativo e saudável (DIAS DEM, et al., 2021). Apesar disso, por vezes, é difícil a abertura de um espaço de discussão que valorize o conhecimento dos idosos e sua bagagem acerca de assuntos pertinentes, que se faz imprescindível para criação de uma relação mais próxima entre o profissional e o idoso posto isso, o projeto propôs a criação de um espaço em que dúvidas poderiam ser esclarecidas, sempre buscando comprovação científica no manejo de cada situação, mas permitindo que os idosos expressassem sua própria visão sobre o autocuidado.

A ação de extensão voltou-se para uma intervenção assertiva, baseada em conhecimentos teórico-científicos dos temas abordados em todas as atividades do projeto, a fim de promover por parte dos idosos uma mudança para prevenção de doenças e o autocuidado com a sua saúde. A troca de informação e experiências proporcionou a esse grupo conhecer um pouco mais sobre patologias e problemas que a maior parte deles enfrenta diariamente, traçando estratégias para adequar hábitos e diminuir ações errôneas que possam piorar o quadro. Aliado a esses fatos, o espaço ofertado pelo projeto foi positivo também em nível de comunicação e socialização, permitindo interação entre os idosos, momentos de descontração e troca de experiências. Ao final de cada atividade, os participantes demonstraram domínio do conteúdo abordado e

interesse pelo assunto. Denota-se que é importante a manutenção de projetos de cunho educativo com o grupo etário, de forma contínua para promoção da saúde e prevenção de doenças, além do estímulo para o autocuidado.

Enfim, o processo de ensino-aprendizagem dos alunos integrantes do projeto foi beneficiado pela ação, contribuindo para a formação acadêmica e profissional dos participantes.

AGRADECIMENTOS E FINANCIAMENTO

Agradecemos ao Programa Vida Ativa da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), em especial aos idosos e coordenadores por oportunizarem experiências aos discentes do curso de enfermagem no projeto de extensão. A execução do projeto de extensão na modalidade de Programa de Atividade Curricular de Extensão (PACE), com nº 00518/2022, intitulado “Ações educativas aos idosos do Programa Vida Ativa da Universidade Federal do Amazonas”, foi financiada por bolsa da coordenação da Pró-reitoria de Extensão (PROEXT) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM). O referido projeto teve aprovação no Edital nº 001/2022 do Departamento de Programas e Projetos de Extensão da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal do Amazonas (DPROEX/PROEXT/UFAM).

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Decreto-lei nº 9.921, de 18 de julho de 2019. Consolida atos normativos editados pelo Poder Executivo federal que dispõem sobre a temática da pessoa idosa, Brasília, 2019. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/decreto/D9921.htm. Acessado em: 20 de março de 2023.
2. BRASIL, Ministério da Previdência e Assistência Social, Lei n. 8.842. Política Nacional do Idoso. Brasília: DF, 4 de janeiro de 1994. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8842.htm. Acessado em: 23 de março de 2023.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção à Saúde da Pessoa Idosa e Envelhecimento. Brasília, 2010. (Série Pactos pela Saúde). Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/volume12.pdf>. Acessado em: 23 de março de 2023.
4. BOCCOLINI CS. Morbimortalidade por doenças crônicas no Brasil: situação atual e futura. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2016.
5. CARVALHO KMDE, et al. Intervenções educativas para promoção da saúde do idoso: revisão integrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2018; 31(4): 446–454.
6. Centro Internacional de Longevidade Brasil (CILB). Envelhecimento ativo: um marco político em resposta à revolução da longevidade. Rio de Janeiro, 2015. Disponível em: https://prceu.usp.br/usp60/wp-content/uploads/2017/07/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Politico-ILC-Brasil_web.pdf. Acessado em: 23 de março de 2023.
7. CHUNG MCHL, et al. Desafios do Brincar com Idosos: Narrativas de Estudantes de Medicina do Programa Amigos do Sorriso. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2020; 44(4): e170.
8. COSTA DA, et al. Enfermagem e a Educação em Saúde. *Revista Científica da Escola Estadual Saúde Pública Goiás “Candido Santiago*, 2020; 6(3).
9. DIAS DEM, et al. 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*, 2021; 4 (1): 674–685.
10. FERREIRA VHS, et al. Ageísmo, políticas públicas voltadas para população idosa e participação social. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; 42: e2816.
11. HOLLIDAY OJ. Para sistematizar experiências. 2nd ed. Brasília: MMA, 2006; 128p.
12. LUCIANI S, et al. Doenças não transmissíveis na América: uma revisão do programa de trabalho de 25 anos da Organização Pan-Americana da Saúde. *Rev Panam Salud Publica*, 2023; 47: e13.
13. MARQUES MB et al. Intervenção educativa para a promoção do autocuidado de idosos com diabetes mellitus. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2019; 53: e03517.
14. OLIVEIRA AS. Transição Demográfica, Transição Epidemiológica e Envelhecimento Populacional no Brasil. *Hygeia - Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde*, 2019; 15(32): 69–79.

15. OLIVEIRA FA, et al. Atividades de educação em saúde realizadas com grupo de idosas para promoção do autocuidado em saúde. *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, 2018; 15(28): 137-50.
16. OLIVEIRA NGN e TAVARES DMS. Envelhecimento ativo e saudável e a capacidade funcional do idoso. Programa de Atualização de Enfermagem. *Saúde do Idoso: Ciclo 3*. Porto Alegre: Artmed Panamericana; 2021.
17. OMS. Plano de ação global para a prevenção e controle de doenças não transmissíveis 2013–2020. 2013. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/94384/9789241506236_eng.pdf. Acessado em: 2 de abril de 2023.
18. SEABRA CAM et al. Health education as a strategy for the promotion of the health of the elderly: an integrative review. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 2019; 22(4): e190022.
19. SILVA JG et al. Envelhecimento ativo, qualidade de vida e cognição de idosos: um estudo transversal em uma cidade de Minas Gerais. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; 12 (1): e1796.
20. SOUZA WGA et al. Educação em saúde para leigos no cuidado ao idoso no contexto domiciliar. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 2006; 35(4): 56-63.
21. WHO. Active Ageing – A Policy Framework. A Contribution of the World Health Organization to the second United Nations World Assembly on Aging. Madrid, Spain. 2002. Disponível em: <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/wp-content/uploads/2014/06/WHO-Active-Ageing-Framework.pdf>. Acessado em: 02 de abril de 2023.