

ALTERNATIVAS SAUDÁVEIS NA MELHOR IDADE

Orientadores: SALVI, Elenir Salete Frozza

Pesquisadores: SANTOS, Eneli Moraes dos; FERREIRA, Gabriela Aparecida. Filipini; COLETTI, Mariana; MUCZINSKI, Nailides; CAREGNATTO, Nathalia; BORDIN, Patricia; SANTOS, Sandra Mendes dos; BUSNELLO, Tainara Fernanda

Curso: Enfermagem

Área: Ciências da Vida

Resumo: Este projeto teve como objetivo proporcionar alternativas saudáveis para a melhor idade através de uma atenção integrada a saúde da pessoa idosa. O projeto foi realizado em três etapas. Na primeira etapa, os bolsistas juntamente com a coordenadora do Curso de Enfermagem- Unoesc Xanxerê – SC, foram até o Lar do Idoso para conversar com a diretora da instituição onde foi feita a entrega do convite com o intuito de proposta de adesão ao projeto. Na segunda etapa realizou-se o jogo das sombras, com os idosos utilizando desenhos coloridos de alimentos como frutas, legumes e doces, cada idoso escolheu o alimento que se encaixava na sombra do mesmo. E a última etapa foi artesanal confeccionando-se um boneco com alimentos saudáveis, onde os participantes demonstraram suas habilidades artísticas e capacidades cognitivas pintando e colando as figuras dos alimentos formando um brinquedo colorido e atrativo. Obtemos resultados satisfatórios, pois cada idoso desenvolveu a atividade, apesar de suas limitações, demonstrando o entendimento da atividade e buscando inserir no seu dia a dia as alternativas saudáveis propostas na alimentação para a melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: Alimentação. Idoso. Qualidade de vida.

E-mails: eneli.lili@hotmail.com; gabriela.ferreira@unoesc.edu.br;