

## QUALIDADE DE VIDA NA LONGEVIDADE: RELATO DE CASO DE INTERVENÇÕES NOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA DE IDOSOS EM UM MUNICÍPIO DO OESTE CATARINENSE

BAUERMAN, Adriana Carolina

MARCON, Scheila

ACORSI, Ana Cristina

Curso: Farmácia

O envelhecimento da população é uma aspiração natural de qualquer sociedade, mas não basta por si só. Viver mais é importante desde que se consiga agregar qualidade aos anos adicionais de vida. Considerando-se alguns desafios atuais para o envelhecimento, como: de que forma se pode manter a independência e a qualidade de vida com o envelhecimento, fortalecendo a prevenção e promoção da saúde para os idosos?, o objetivo neste trabalho foi relatar as experiências das intervenções sobre qualidade de vida nos grupos de idosos do Município de Chapecó, SC. Para a realização das intervenções, formou-se um grupo com 10 voluntários, entre eles acadêmicos de Farmácia, Psicologia e Fisioterapia. As atividades iniciavam-se com uma pequena palestra sobre qualidade de vida e as diversas dúvidas dos idosos e efetuava-se a aferição da Pressão Arterial e Glicemia Capilar, entregando para cada idoso um cartão com dados pessoais e os valores dos testes realizados para utilizarem quando necessário. Após, tinha-se um momento de confraternização, com lanches e músicas para o entretenimento de todos. Em outro momento, realizavam-se atividades físicas pensadas especialmente aos idosos pelos acadêmicos do Curso de Fisioterapia. Para finalizar, era realizado sorteio de brindes, e todos ganham folhetos informativos sobre colesterol e sobre cuidados com os medicamentos, além de mudas de plantas medicinais. Com a idealização e a efetivação do projeto conseguiu-se formar um grupo com acadêmicos de diversos cursos, o que possibilitou uma troca de saberes, pensamentos e experiências diferentes, gerando inquietações e vontade de mudança ao se reconhecerem os problemas da comunidade de forma tão intensa. Conseguiu-se perceber que os grupos de convivência dos idosos possibilitam a liberdade de expressão e o exercício da cidadania dessas pessoas, e colaborar com isso proporciona uma experiência que vale ser compartilhada.

Palavras-chave: Longevidade. Qualidade de vida. Grupos de convivência. Extensão.

bauermann\_carol@unochapeco.edu.br

aetges@unochapeco.edu.br