

# TERAPIA COMUNITÁRIA PARA A MELHOR IDADE

## AUTORES:

Karen Moura; Tania Moreira; Sandra Aguilar; Debora Cunha; Fernanda Aminadabe, Mayara Barbosa e Thiago Sodré

## UNIDADE DE SAÚDE:

UBS PARQUE DO LAGO

## INTRODUÇÃO

A longevidade vem aumentando significativamente no mundo, o que sinaliza a importância do olhar integral para o idoso e compreensão da preservação da sua autonomia e vivência social que estão relacionadas com sua saúde física e mental.

A saúde mental dos idosos impacta no aumento da utilização dos serviços de saúde, negligência do autocuidado e menor adesão ao projeto terapêutico, gerando assim consequências negativas na qualidade de vida, por isso tema de frequente preocupação dos profissionais <sup>(1,2)</sup>.

## OBJETIVO

Avaliar os benefícios da terapia comunitária para o idoso

## MÉTODO

O trabalho é desenvolvido pela integração da equipe de saúde da família, agente de promoção ambiental, equipe de odontologia e nutricionista. O grupo de terapia comunitária é conduzido pela enfermeira e terapeuta comunitária, que também promove ações conforme a temática do mês e atividades de promoção e prevenção à saúde. Os agentes comunitários realizam outras práticas integrativas como: Mindfulness e Tai Chi Chuan, momentos de descontração, arteterapia e cultivo de horta. A nutricionista estimula atitudes e atividades pela melhora da qualidade de vida, com dicas de alimentação nutritiva, reaproveitamento dos alimentos e hábitos saudáveis. E a equipe de odontologia realiza uma abordagem de prevenção e cuidados com a saúde bucal.

## RESULTADOS

Os grupos de convivência exercem um papel fundamental no que diz respeito à amenização do estresse, ao apoio que proporcionam a seus participantes, ao fortalecimento de vínculos sociais e à conquista de novas amizades. Portanto, esses grupos tem importância relevante na melhora da qualidade de vida dos nossos idosos.

