

**ARTIGO REVISÃO****Avaliação física e funcional da pessoa idosa: relato de experiência****Physical and functional assessment of elder people: experience report**

Nalma Alexandra Rocha de Carvalho<sup>1</sup>, Brenda Kelly da Silva Monte<sup>1</sup>, José Diego Marques Santos<sup>1</sup>, José Diego Marques Santos<sup>1</sup>, Chrystiany Plácido de Brito Vieira<sup>2</sup>, Fernanda Valeria Silva Dantas Avelino<sup>3</sup>, Elaine Maria Leite Rangel Andrade<sup>4</sup>

**RESUMO**

O Brasil se encontra em um processo de transição demográfica configurado pelo aumento da população idosa. Neste sentido, este segmento da população carece de uma maior atenção nos serviços de saúde, especialmente quando se busca o envelhecimento saudável. Dessa forma, o estudo objetivou descrever a experiência de acadêmicos de enfermagem em uma atividade de Promoção da saúde com pessoas idosas. Trata-se de um relato de experiência descritivo, vivenciado em um Curso de Graduação em Enfermagem. A atividade foi composta de três momentos: avaliação física, avaliação da capacidade funcional e dinâmica de grupo. Logo em seguida, orientadoras e alunos discutiram as experiências durante a prática por meio de grupos de discussão e tomaram nota das mesmas. Os resultados da atividade evidenciaram que as pessoas idosas estavam acima do peso, tinham independência para realizar as atividades de vida diárias e foram capazes de discutir o conceito de envelhecimento ativo. Assim essa atividade foi de significativa relevância para os acadêmicos, pela oportunidade de aplicação de conteúdos ministrados em sala de aula em um cenário de promoção da saúde.

Descritores: Avaliação em enfermagem. Idoso;. Promoção da saúde.

**ABSTRACT**

Brazil is currently in a demographic transition process set by the increase in the elderly population. In this sense, this segment of the population needs more attention in the health services, especially when it comes to healthy aging. Thus, this study describes the experience of nursing students in a health promotion activity with elderly people. It is an experience report experienced in an undergraduate course in Nursing. The activity consisted of three stages: physical assessment, functional capacity evaluation and group dynamics. Soon after, guiding teachers and students discussed the experiences during the practice through discussion groups and took note of the experiences. The results of the activity showed that elderly

<sup>1</sup> Graduanda em Enfermagem - Universidade Federal do Piauí (UFPI).

<sup>2</sup> Mestre em Enfermagem. Doutoranda em Enfermagem pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem da UFPI. Docente do Departamento de Enfermagem da UFPI.

<sup>3</sup> Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da UFPI.

<sup>4</sup> Doutora em Enfermagem. Professora do Programa de Mestrado e da Graduação em Enfermagem da UFPI.

people were overweight, had independence to perform daily life activities and were able to discuss the concept of active aging. Therefore, this activity was very important for the nursing students because it offered the opportunity to use what was taught in the classroom in a health promotion setting.

Keywords: Nursing assessment. Aged. Health promotion.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tornou-se uma questão social sujeita a intervenções do Estado e, apesar dos avanços das políticas públicas de atenção à pessoa idosa, há ainda muitos desafios para sua viabilização. Tratando-se do Estado, decorre o número reduzido de instituições com estrutura adequada para responder às demandas de idosos, principalmente habilitados e comprometidos com as expressões da questão social que envolve a velhice e o envelhecimento no país.<sup>1</sup>

Segundo o IBGE, em 2010, as pessoas idosas (com 60 anos ou mais), representam 10,8% da população, o que configura cerca de 20 milhões em termos absolutos. Tal processo de envelhecimento do país traz consigo problemáticas relevantes no tocante às políticas públicas e ações de bem-estar, bem como do envelhecimento saudável.<sup>2</sup>

Como o Brasil está passando por um momento de transição demográfica,

em que está configurado o aumento da população idosa, essa mudança no perfil etário indica grandes despesas no setor de saúde, uma vez que as doenças que acometem os idosos são crônicas e conseqüentemente duradouras, exigindo a busca constante pelo Sistema Único de Saúde. Importa saber se os serviços respondem satisfatoriamente às demandas trazidas pelos idosos e quais são essas demandas.<sup>1</sup>

O crescente número de idosos no país é reflexo da melhoria na qualidade de vida e condições de saúde do país comparados a tempos passados, que comprova-se com a maior sobrevivência da população. Esse aumento, porém, repercute ainda nos serviços de saúde, representando tanto um resultado positivo das ações governamentais, como a exigência de mais ações voltadas para essa realidade, o que pode configurar um problema de saúde.<sup>3</sup>

A avaliação multidimensional é vista como um processo diagnóstico frequentemente interdisciplinar, planejado para detectar problemas

médicos, psicossociais e funcionais da pessoa idosa, com o desígnio de desenvolver um plano de tratamento e acompanhamento a longo prazo.<sup>4</sup>

Tem por finalidade diminuir a mortalidade por incapacidade funcional/mental diagnosticadas tardiamente; evitar ou diminuir a hospitalização e o consumo de medicamentos desnecessários; avaliar a capacidade funcional<sup>5</sup>; evitando ao máximo a ocorrência de incapacidade física para caminhar, ir ao banheiro, vestir-se, cuidar do próprio corpo (atividades da vida diária); avaliar como o idoso está se relacionando com os outros ao sair de casa, pagar suas contas, fazer compras, atender ao telefone e avaliar como eles estão pensando, memorizando os ânimos e a vontade de viver.

Nesse contexto, o presente trabalho tem por objetivo descrever a experiência de acadêmicos de enfermagem em uma atividade de Promoção da saúde com pessoas idosas.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de relato de experiência de caráter descritivo, vivenciado por acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem de uma universidade

pública de Teresina, durante atividade teórico-prática das disciplinas Semiologia e Semiotécnica para Enfermagem e Saúde do Adulto e do Idoso I, disciplinas do 4º e 6º períodos do curso. A atividade contou com a participação das docentes (orientadoras) e alunos das duas disciplinas, a fim de realizar integração voltada para avaliação física e funcional do idoso. O público-alvo foi formado por 30 idosas integrantes do grupo “Rosas do Entardecer”, residentes na zonal sul da cidade.

Foi realizada no laboratório de Enfermagem no dia 29 de Agosto de 2014, no período da manhã e com duração de 4 horas, a mesma dividida em três momentos. No primeiro momento, alunos da disciplina Semiologia e Semiotécnica aplicaram um instrumento elaborado pelas orientadoras que contemplavam as seguintes informações: pressão arterial e medidas antropométricas (peso, altura, cintura e quadril) que serviram para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e da relação cintura-quadril. No segundo momento, escalas e testes de relevância para avaliação clínica dos idosos também foram aplicados, a saber: Mini Exame do Estado Mental (MEEM), Escala de Lawton e Index de Katz. Estas serviram para a avaliação

da Independência nas Atividades Básicas e de Vida Diária. No terceiro momento, após as avaliações e devidas orientações, realizou-se uma dinâmica em grupo na qual as pessoas idosas foram estimuladas inicialmente a montarem cartazes, por meio de recortes de figuras e elaboração de frases, com a temática envelhecimento ativo. Ao final, em uma roda de conversa, todas apresentaram suas ideias e discutiu-se temas relacionados com envelhecimento saudável.

Após a atividade, os alunos e orientadoras se reuniram para discutir as percepções oriundas da atividade, isto ocorreu através de um grupo de discussão que permitiu, por meio do diálogo e reflexão crítica dos dados levantados, uma troca de experiências sobre os acontecimentos durante a prática com os idosos. Tomou-se nota das vivências dos alunos após a discussão e estas serviram de subsídios para a construção deste artigo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O crescimento da população idosa é um acontecimento global e ascendente. É inerente ao processo de envelhecimento consequências fisiológicas, emocionais, sociais e

cognitivas. Isso e outras questões torna essa temática de extrema relevância para os profissionais, pesquisadores e cuidadores.<sup>6</sup>

Os alunos perceberam que as idosas têm vida ativa, buscam serviços de saúde e atividades que estimulem seu bem estar, porém ainda apresentam conhecimento reduzido acerca do envelhecer ativo e da promoção da saúde. Daí a importância do profissional enfermeiro saber avaliar a pessoa idosa, tanto fisicamente como funcionalmente para as atividades de vida diária, no intuito de detectar possíveis danos à sua qualidade de vida.

Um dos desafios na educação superior em enfermagem é ensinar a realizar o raciocínio diagnóstico, mediante o emprego de habilidades cognitivas e dedutivas, de modo que o processo seja rápido, eficaz e acurado.<sup>7</sup>

Os acadêmicos no primeiro momento da atividade (avaliação física) identificaram que algumas das pessoas idosas estavam acima do peso, e assim prestaram esclarecimentos acerca desse problema, orientando a ingestão de alimentação adequada, prática rotineira de exercícios físicos, levando-se em consideração a escuta dos hábitos de vida e condição social das mesmas, direcionando, assim, uma intervenção

mais coerente e individual para cada uma delas.

Por meio da avaliação física, histórico e exame físico se faz possível identificar alterações biopsicossociais que vão interferir diretamente no diagnóstico e direcionar o tratamento e as intervenções de possíveis problemas identificados. É possível, ainda, estabelecer ações de promoção da saúde, orientando o cliente acerca das patologias predisponentes.<sup>8</sup>

Pôde-se observar que, algumas das pessoas idosas estavam acima do peso, porém adotavam prática de alimentação dita saudável, então se propôs que além da adoção da alimentação equilibrada e balanceada e o hábito de realizar atividades físicas seria necessário também para atingir o bem-estar psíquico, vivenciar atividades de lazer, ocupar-se com atividades no dia-a-dia que são fundamentais para alcançar um padrão de vida saudável.

No segundo momento (avaliação funcional), detectou-se mediante a aplicação de escalas já validadas que as idosas avaliadas se encontravam com estado mental e função cognitiva preservadas e tinham independência para realizar as atividades básicas e de vida diária

É característica da população longeva a grande prevalência de

doenças crônicas que comprometem sua capacidade de autocuidado. Sua perda da autonomia e de capacidade funcional envolve não somente fatores físicos, mas também emocionais, cognitivos, interpessoais, dentre outros. A avaliação funcional e sistemática visa verificar e testar a capacidade do idoso de atuar, de se portar, identificando possíveis déficits e habilidades relacionadas às suas atividades corriqueiras. Para cada tipo de avaliação (atividades diárias, atividades básicas, avançadas, etc.) existe um instrumento.<sup>9</sup>

Tais indicadores são importantes, pois a capacidade funcional influencia na capacidade de vida dos idosos. A avaliação faz-se necessária para indicar o tipo de intervenção e monitorar o estado clínico e funcional destes. É perceptivo que a prevenção é a melhor opção no que se refere ao bem-estar físico e mental, por isso faz-se importante promover maior autonomia a esta população.<sup>10</sup>

No terceiro momento (dinâmica em grupo), a avaliação dos cartazes confeccionados e a explicação dialogada das participantes sobre envelhecimento ativo, permitiu verificar que as mesmas vivenciam um envelhecimento ativo. Suas montagens remetiam à alimentação saudável, atividade física, viagem, interação

familiar e social, autocuidado, atenção para a beleza, aparência física, bem como, ao amor por parte do parceiro e da família como um todo.

Neste sentido, envelhecimento ativo se caracteriza pelo processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas. Aplica-se neste sentido, tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais. Promove a percepção das pessoas quanto ao seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, favorecendo a sua participação na sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades, desejos e capacidades, propiciando ao mesmo tempo, proteção, segurança e cuidados.<sup>11</sup>

Segundo a *World Health Organization*<sup>11</sup>, os determinantes do envelhecimento ativo são: sociais, econômicos, pessoais, comportamentais, de ambiente físico e serviços sociais e de saúde pautados em questões de gênero e na cultura de cada um.

Dentre os determinantes do envelhecimento ativo no grupo de idosos avaliado, constata-se que a participação no grupo também tem favorecido um envelhecimento ativo à

medida que promove o acompanhamento das condições de saúde, realização de atividades físicas e a integração social.

## CONCLUSÃO

Essa atividade foi de significativa relevância para o grupo, pela oportunidade de aplicação de conteúdos ministrados em sala de aula em um cenário de promoção da saúde. Durante a atividade foi possível realizar uma avaliação de enfermagem pautada no exame físico e na avaliação funcional. Além disso, vivenciou-se a interdisciplinaridade e a troca de informações entre os alunos e professores de disciplinas diferentes, propiciando o desenvolvimento de habilidades consideradas fundamentais para uma assistência de enfermagem voltada para a promoção da saúde da pessoa idosa.

## REFERÊNCIAS

- 1- Minayo MCS. O envelhecimento da população brasileira e os desafios para o setor saúde. *Cad Saude Publica*. 2012;28(2):208-9.
- 2- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo demográfico de 2010. Resultados gerais da amostra. [publicação online]. Rio de Janeiro;

2010. [acesso em 02 abr. 2015]. Disponível em [http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/resultados\\_gerais\\_amostra/default\\_resultados\\_gerais\\_amostra.shtm](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/resultados_gerais_amostra/default_resultados_gerais_amostra.shtm)
- 3- Bezerra FC, Almeida MI, Nóbrega-Therrien SM. Estudos sobre envelhecimento no Brasil: revisão bibliográfica. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2012;15(1):155-67.
- 4- Rodrigues RMC. Validação da versão em português europeu de questionário de avaliação funcional multidimensional de idosos. *Rev Panam Salud Publica.* 2008;23(2):109-15.
- 5- Santos SSC, Cavalheiro BC, Silva BT, Barlem ELD, Feliciani AM, Valcarenghi RV. Avaliação multidimensional do idoso por enfermeiros brasileiros: uma revisão integrativa. *Cienc Cuid Saude.* 2010;9(1):129-36.
- 6- Pinto LCGL, Róseo FFC. Envelhecer com saúde: o desafio do cuidar humanizado. *Rev Interfaces da Saúde.* 2014;1(1):20-8.
- 7- Góes FSN, Dalri MCB, Fonseca LMM, Canini SRMS, Scochi CGS. Desenvolvimento de casos clínicos para o ensino do raciocínio diagnóstico. *Rev Eletr Enf.* 2014;16(1): 44-51.
- 8- Santos N, Veiga P, Andrade R. Importância da anamnese e do exame físico para o cuidado do enfermeiro. *Rev Bras Enferm* 2011;64(2):355-8.
- 9- Macêdo AML, Cerchiari EAN, Alvarenga MRM, Faccenda O, Oliveira MAC. Avaliação funcional de idosos com déficit cognitivo. *Acta Paul enferm.* 2012;25(3): 358-63.
- 10-Barbosa BR, Almeida JM, Barbosa MR, Rossi-Barbosa LAR. Avaliação da capacidade funcional dos idosos e fatores associados à incapacidade. *Cienc Cuid Saude.* 2014;19(8): 3317-25.
- 11- World Health Organization. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde.* Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde: 2005.

Recebido em: 13/02/2017

Aceito em: 20/02/2017

Correspondência:

Nalma Alexandra Rocha de Carvalho.

Endereço: Campus Universitário

Ministro Petrônio Portela, Bairro

Ininga, Bloco 12. Teresina, Piauí,

Brasil. CEP 64.049-550. Telefone:

(86)3234-1219.