

Caderno de Atividades

Curso Envelhecimento
e Saúde da Pessoa Idosa

Unidade de Aprendizagem I

Envelhecimento, velhice, sociedade e políticas

Módulo 1 – Percepções sobre a velhice

Atividade 1 – Fórum – 1 semana

De acordo com o que você leu, faça uma reflexão sobre o que significa ser velho para você, abrangendo seus próprios preconceitos evidenciados no teste e a situação dos idosos com os quais convive em sua família e comunidade.

Atividade 2 – Envio – 1 semana

Elabore uma tabela de população idosa por sexo de seu município para os anos 2000 e 2010.

Para isso utilize as informações do seu município ou um sistema de informação que você tem acesso (ex: DATASUS, SIAB, IBGE, SISAP, entre outros).

Escreva sobre a relevância dessa informação para as atividades que desempenha no seu local de atuação.

Envie para seu tutor.

Atividade 3 – Envio – 1 semana

Responda às seguintes questões e envie para o tutor.

- Cite as causas e as consequências do desemprego de Telma e proponha mecanismos de enfrentamento.
- Como o impacto do envolvimento de Tiago com as drogas interfere na relação familiar?
- Na sua opinião, existe alguma diferença entre o envelhecimento que ocorre na área urbana e na área rural? Justifique sua resposta.

Módulo 2 – A pessoa idosa como sujeito de direitos: cidadania e proteção social

Atividade 1 – Envio – 1 semana

A partir das situações vivenciadas por Dona Joana, destaque quais seriam as estratégias da Equipe de Saúde para enfrentamento das questões apresentadas?

Envie suas respostas para o tutor.

Atividade 2 – Fórum – 1 semana

Você conhece o “Estatuto do Idoso”? Já teve interesse e/ou oportunidade de lê-lo?

Consulte o estatuto no AVA.

Após a leitura do estatuto, reflita sobre a história de Dona Joana e registre as diferenças entre as situações descritas e as que a lei preconiza, apresentando sua análise no fórum que o tutor irá abrir.

Módulo 3 – Informação epidemiológica e populacional: disponibilidade, qualidade e acesso aos sistemas de informação em saúde

Atividade 1 – Envio – 1 semana

Calcule para seu município as taxas de mortalidade por sexo e principais grupos de causas (capítulos da CID-10) para os anos de 2007-2011, utilizando os dados do SISAP-idoso.

Envie para seu tutor

Atividade 2 – Envio – 1 semana

• Informação em saúde – Dados x indicador

Alerta: Aids diminui entre jovens adultos em SP, mas aumenta entre idosos.

Número de novos casos da doença em pessoas de 15 a 39 anos recuou 35% e notificações de pessoas com mais de 60 anos aumentaram 26%.

O número de casos de jovens adultos com Aids registrou queda de 35% nos últimos 10 anos. No mesmo período, cresceu 26% o número de notificações da doença em pessoas com 60 anos ou mais. De 2001 a 2011, o número de novos casos de contaminação por HIV em pessoas de 15 a 39 anos caiu de 6.669 para 4.338. Em contrapartida, passou de 253 para 311 o número de notificações de Aids entre pessoas de 60 anos ou mais (Portal do Governo de estado de São Paulo publicada em 01/10/2013; site <http://www.saopaulo.sp.gov.br>).

1. Os números apresentados na notícia acima trazem informação ou apenas dados sobre Aids em São Paulo? Por quê?
2. Qual sistema de informação em saúde a notícia se refere?
3. Como podemos explicar as diferenças apontadas na notícia? Problematize.

Responda as questões acima e envie para seu tutor.

Atividade 3 – Envio – 1 semana**• Fontes de informação**

A Sra. Josefina tem 80 anos, mora em Aracajú-SE, tem hipertensão desde 1990 e em 2000 foi diagnosticada como diabética. Na primeira visita que o agente comunitário de saúde fez a sua casa, perguntou sobre as condições de moradia e observou que ela morava com a filha e mais 6 netos em uma casa de apenas 3 cômodos. A cada visita mensal, a equipe da ESF avalia suas condições de saúde e, especialmente, os dois fatores de risco que a Sra. Josefina apresenta. No ano 2012 foi para Arapiraca-AL para visitar seu irmão. Chegando lá, depois de 10 dias sentiu-se mal com dor no corpo e febre, foi até a emergência local e foi diagnosticada com dengue do tipo hemorrágica, teve de ser internada, mas não resistiu e faleceu. Quando a filha foi a Arapiraca para providenciar o enterro, quis saber sobre o atestado do óbito da mãe, mas encontrou apenas as três vias da Declaração de Óbito (DO) na casa do tio.

1. Identifique em quais fontes e sistemas de informação deveriam estar os dados da Sra. Josefina.
2. Era possível que no Hospital de Arapiraca os médicos soubessem sobre a história clínica da Sra. Josefina?
3. Por quê todas as vias da DO estavam com a família?

Responda as questões acima e envie para seu tutor.

Unidade de Aprendizagem II

Atenção à saúde da pessoa idosa

Módulo 4 – Processo de envelhecimento e bases da avaliação multidimensional do idoso

Atividade 1 – Envio – 1 semana

Faça uma estimativa (número absoluto e relativo) da classificação clínico-funcional dos idosos da sua área de abrangência ou de alguma comunidade de idosos que você conheça, classificando-os em:

Número total de idosos e % de:

- a) Idosos robustos:
- b) Idosos em risco de fragilização:
- c) Idosos Frágeis:

Analise o que esses dados representam para o trabalho da equipe de saúde.

Envie para seu tutor.

Atividade 2 – Envio – 2 semanas

Faça a avaliação funcional completa de um idoso da sua comunidade, no qual você percebeu perda da autonomia e da independência nas atividades de vida diária, realizando o preenchimento do diagnóstico funcional (Quadro 8).

Converse com sua equipe e estimule-a a participar de sua atividade.

Envie para seu tutor.

Módulo 5 – Promoção e prevenção

Atividade 1 – Fórum – 2 semanas

Intenção: Reconhecer os grandes fatores de risco e de que maneira intervir.

Os dados do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), no Brasil, em 2011, apontaram para os seguintes fatores de risco mais associados às doenças crônico-degenerativas:

- Inatividade Física
- Tabagismo
- Alcoolismo
- Alimentação não saudável
- Obesidade
- Consumo excessivo de sal
- Consumo inadequado de frutas, legumes e verduras
- Consumo excessivo de gorduras saturadas e ácidos graxos trans

1. Leia o **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis – DCNT (BRASIL, 2011)**, disponível na Biblioteca.

2. Discuta, no fórum, a viabilidade da aplicação de uma proposta de educação em saúde para enfrentamento destes fatores de risco no seu território.

Atividade 2 – Envio – 2 semanas

Vejamos o caso do Seu Eduardo, que mora na casa n. 5, da rua Tocantins, na Vila Brasil. Ele tem 57 anos, é vaidoso e preocupado com a saúde. Embora seja tabagista, toma vitaminas e pratica atividades físicas no fim de semana.

Na sua avaliação do caso:

- Quais fatores de risco você identifica entre os hábitos e as condições de vida do Seu Eduardo?
- Que papel o exercício físico está exercendo na prevenção de problemas de saúde no envelhecimento, neste caso?
- Qual o valor dos polivitamínicos usados pelo Seu Eduardo? Eles acarretam algum risco?
- Quais são os instrumentos de rastreamentos indicados?
- Consulte na biblioteca da turma o CAB 29 – Rastreamento de Doenças, do Departamento de Atenção Básica do Ministério da Saúde.
- Elabore uma proposta de implementação de medidas preventivas para melhora da saúde do Seu Eduardo.

Envie suas respostas ao seu tutor.

Módulo 6 – Grandes síndromes geriátricas

Atividade 1 – Fórum – 1 semana

Idosos com demência geralmente afirmam que continuam independentes para tudo. Usualmente as queixas de memória relatadas por eles não são exuberantes. Como então deveremos suspeitar de demência nestes idosos?

Participe do fórum de discussão organizado pelo seu tutor.

Atividade 2 – Envio – 1 semana

Em relação ao quadro apresentado pela Dona Ofélia responda:

1. Como você abordaria as queixas cognitivas de Dona Ofélia?
2. Será que tudo pode ser atribuído ao envelhecimento normal?
3. Qual, no seu entender, é o papel da sua equipe de saúde no acompanhamento da paciente e suporte à família?
4. Elabore algumas estratégias de intervenção não farmacológica para serem trabalhadas com Dona Conceição, cuidadora de Dona Ofélia.

Envie para o tutor suas considerações.

Atividade 3 – Envio – 1 semana

Responda:

1. Por que perguntamos a um idoso se ele já sofreu alguma queda? O que queremos saber?
2. Descreva como deve ser a abordagem a uma pessoa idosa com história de quedas.
3. Desenvolva uma estratégia preventiva.

Envie suas respostas ao seu tutor.

Atividade 4 – Envio – 1 semana

1. Faça uma lista de todos os obstáculos que você percebe em sua casa, no seu local de trabalho e no seu território.
2. Faça uma proposta de intervenção para tornar a realidade diagnosticada por você mais segura para um idoso.

Encaminhe ao seu tutor.

Atividade 5 – Envio – 1 semana

Dona Ana, 79 anos, mora com a filha Antônia na rua Acre n. 2. Ela é autônoma, independente e teve uma queda no domicílio que resultou em fratura. Antônia tem 46 anos, tabagista, separada há cinco anos de um alcoolista e, atualmente, namora Sr. Francisco que mora na Rua Acre n. 3.

Você faz parte da equipe de Saúde da Família da Vila Brasil e está em visita domiciliar logo após Dona Ana sofrer a queda que resultou na fratura.

a) Qual a sua conduta inicial?

b) Ela foi internada e operada. Como deveria ser preparada a alta hospitalar e quais seriam as metas terapêuticas e de reabilitação?

Envie para o tutor.

Atividade 6 – Envio – 1 semana

Releia o caso clínico de Dona Ana, moradora da rua Acre, n. 2, descrito na Atividade 5 deste módulo.

1. Enumere os riscos advindos da imobilidade prolongada após a fratura de fêmur sofrida por ela.

Elabore estratégias preventivas para as seguintes complicações:

- Úlceras por pressão
- Trombose venosa profunda
- Hipotensão ortostática
- Anquilose
- Incontinência urinária
- Contraturas
- Constipação
- Pneumonia

Envie para o seu tutor.

Atividade 7 – Envio – 1 semana

1. Em relação à incontinência urinária, responda:

Quais as possíveis causas no idoso, identificando as causas reversíveis e irreversíveis.

2. Analisando o caso de D. Safira, moradora da rua Bahia n. 20, responda:

a) Quais os fatores que contribuem para sua incontinência urinária?

b) Quais os problemas sociais e psicológicos enfrentados por ela?

Envie para o tutor.

Atividade 8 – Envio – 1 semana

Agora leia o caso clínico de D. Cristina, 82 anos, moradora da rua Maranhão n. 3, e faça uma avaliação crítica da possibilidade de ocorrência de iatrogenia neste caso.

1. A paciente faz uso de algum medicamento potencialmente inadequado, de acordo com os critérios de BEERS, e de uso restrito em idosos? Se sim, qual?

2. Você percebeu alguma outra forma de iatrogenia nesta paciente?

3. Como você abordaria a presença de iatrogenia com sua equipe de saúde?

Envie para o tutor.

Módulo 7 – Cuidados de longa duração

Atividade 1 – Envio – 1 semana

Consulte a Política Nacional de Atenção Domiciliar (Portaria GM/MS nº 963 de 27 de maio de 2013 – em vigor) e identifique as diferentes modalidades de atenção domiciliar.

Relacione, a partir das diretrizes da Política, as indicações e tipos de cuidados prestados para cada modalidade de atenção domiciliar.

Envie para o seu tutor.

Atividade 2 – Fórum – 1 semana

Discuta a classificação das instituições para idosos em Modalidade I, II e III, de acordo com a legislação do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome em relação às características dos idosos que necessitam ser institucionalizados.

Participe do fórum de discussão organizado pelo seu tutor.

Atividade 3 – Envio – 1 semana

Elabore um planejamento no contexto interdisciplinar de orientações pré e pós-desospitalização para os familiares e/ou cuidador de um idoso que sofreu um AVC e vai receber alta apresentando como sequela um quadro de hemiparesia.

Envie para o seu tutor.

Módulo 8 – Terminalidade da vida e cuidados paliativos

Atividade 1 – Envio – 1 semana

Escreva, com suas próprias palavras, uma definição de Cuidados Paliativos.

Sugerimos que você busque na biblioteca os textos sobre o tema, onde procuramos sintetizar as ações de palição para pessoas idosas.

Envie para o seu tutor.

Atividade 2 – Envio – 1 semana

Imagine que você vá à casa de Dona Hermelinda e Seu Benedito, com uma definição de intervenção paliativa para ela, que foi devidamente estudada, discutida e elaborada pela sua equipe. Tudo dentro do contexto dos Cuidados ao Fim da Vida que fazem todo o sentido para você.

E Seu Benedito? De acordo com a proposta dos Cuidados Paliativos, no contexto da interdisciplinaridade, o que você priorizaria para uma abordagem a esse marido, cuja doença vem se agravando e é o 'cuidador ferido' da sua mulher? Baseando-se nas leituras recomendadas, organize num pequeno texto as suas ideias de prioridade para o Seu Benedito.

Envie ao seu tutor.

Módulo 9 – Bioética e espiritualidade no processo de morrer

Atividade 1 – Fórum – 1 semana

Participe do fórum que será aberto pelo seu tutor sobre: a história de terminalidade do casal Hermelinda e Benedito.

Procure relacionar o caso aos conteúdos deste módulo.

Módulo 10 – Estrutura e dinâmica da rede de atenção à saúde da pessoa idosa

Atividade 1 – Envio – 1 semana

Elabore um caso de idoso frágil, estrato 8 (Quadro 1), e sugira as intervenções pertinentes e a rede de atenção que você poderia contar no seu território.

Unidade de Aprendizagem III

Participação social e envelhecimento

Módulo 11 – Determinantes do envelhecimento ativo

Atividade 1 – Envio – 2 semanas

1) Você conhece algum programa que proporciona o envelhecimento ativo? Como funciona? Relate como funciona, e o avalie à luz do documento da OMS (Envelhecimento ativo).

Documento disponível na biblioteca.

2) Converse com 2 idosos do seu território sobre suas atividades na velhice e preencha o seguinte quadro:

O que fazem	O que gostariam de fazer	Recursos que o Município tem colocado à sua disposição	Oportunidades de Inclusão social do idoso

Faça um comentário crítico sobre o quadro e envie para o tutor.

Atividade 2 – Envio e Fórum – 1 semana

Envio:

1) Faça a distinção entre independência e autonomia e envie para seu tutor.

Fórum:

2) Agora participe do fórum que o tutor irá organizar, e apresente uma situação (hipotética ou da sua realidade) em que o idoso percebe que sua autonomia está sendo cerceada e sugira estratégias para a intervenção da equipe profissional.

Módulo 12 – Violência contra a pessoa idosa: algumas reflexões

Atividade 1 – Fórum – 1 semana

Um profissional de saúde atende a um idoso com sinais indicativos de violência doméstica. Indagado, o idoso confirma o sofrimento de maus-tratos, mas proíbe o profissional de fazer a denúncia. Em sua opinião, como o profissional deve agir?

Participe de um fórum organizado pelo tutor para debater o papel da equipe, limites e possibilidades.

Módulo 13 – Participação social e envelhecimento

Atividade 1 – Envio e Fórum

Envio: 1 semana

Faça um levantamento sobre o movimento social de sua cidade voltado para população idosa e suas reivindicações com a Prefeitura, a comunidade e os idosos. Destaque as demandas do movimento social, reivindicadas ao poder público, contempladas e as demandas que ficaram sem respostas e envie para seu tutor.

Caso não haja em seu município movimento social organizado proponha estratégias de como implantar e envie para seu tutor.

Fórum: 1 semana

Refaça o teste do início do curso e reflita sobre o que mudou após o curso, Se não percebeu mudanças justifique.