

AÇÕES DE CUIDADOS EM SAÚDE A IDOSOS A PARTIR DE AÇÕES EXTENSIONISTAS - KEREN MELLANYE DE PINHA VIEIRA DAUZACKER

ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

O envelhecimento não significa necessariamente adoecer, mas com o passar da idade ocorrem alterações naturais dos sistemas, desenvolvendo com maior frequência algumas doenças como diabetes, hipertensão e obesidade que estão ligadas ao estado nutricional da pessoa idosa. Os idosos também são acometidos pela falta de reservas fisiológicas no organismo o que acarreta em fragilidade e os leva a uma categoria de vulnerabilidade, que pode ocasionar quedas, incapacidades e doenças, tendo ligação com o estado nutricional da pessoa idosa. Objetivo: Verificar o estado nutricional dos idosos residentes no Lar do idoso de Dourados-MS por meio da relação cintura-quadril (RCQ), tendo foco em ações de cuidados. Método: Relato de experiência de atividades desenvolvidas a partir de um projeto de extensão realizado semanalmente no Lar do Idoso de Dourados- MS, onde foi verificado a RCQ dos moradores, sendo utilizada fita métrica para obter as medidas e os cálculos realizados através da divisão dos parâmetros cintura (cm) e quadril (cm). Resultados e discussão: Participaram da atividade: 11 idosos do sexo masculino (M) e 1 do sexo feminino (F), possuindo idades entre 61 a 84 anos, sendo verificado o índice de acordo com World Health Organization, desta maneira foi encontrado padrão favorável em 36.36% dos idosos do sexo masculino e 9.10% do feminino, sendo identificado em 54.54% do sexo masculino Relação Cintura-Quadril (RCQ) desfavorável. Tendo por base esses valores, percebe-se a importância das ações em cuidados, sendo realizadas para os idosos de forma compreensível, maneiras de demonstrar a positividade de realizar atividade física e uma alimentação saudável. Conclusão: Ressalta-se a importância de um acompanhamento contínuo ao idoso, em razão de que o organismo sofre por alterações, deste modo, a atenção com a alimentação, e outros fatores são essenciais. Sendo assim, os projetos de extensão têm suma importância, pois proporcionam lazer e cuidados relacionados à saúde.

Palavras-chave: Palavras- chaves: Estado nutricional, Idoso, Relação cintura-quadril.