

UNIVERSIDADE ABERTA A PESSOA IDOSA - AÇÃO EXTENSIONISTA DO CAMPUS DE PARANAÍ

MARIA ANTONIA RIGOLETO DE RAMOS
Unespar/Campus Paranavaí, antoniamariamosrigoleto@gmail.com

MARIA ANTONIA RAMOS COSTA
Unespar/Campus Paranavaí, maria.costa@unespar.edu.br

MARIANA PISSIOLI LOURENÇO
Unespar/Campus Paranavaí, marianapissiolilourenco@gmail.com

Modalidade: Extensão
Programa Institucional: PIBEX

Grande Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

RESUMO: TEMA: Saúde do Idoso OBJETIVO: Relatar a experiência discente no acompanhamento de ações de promoção à saúde para a população idosa participante da Universidade Aberta à Pessoa Idosa. APORTE TEÓRICO: Nos últimos anos, o interesse pela promoção da saúde, qualidade de vida e envelhecimento ativo da população idosa tem crescido, destacando as Universidades Abertas à Pessoa Idosa (UNAPI) como estratégias inovadoras de saúde. Essas instituições criam um espaço multidisciplinar que promove inclusão social e a qualidade de vida por meio de ensino, pesquisa e extensão focados no envelhecimento humano. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Relato de experiência vivenciada no projeto - UNAPI- ação extensionista do campus de Paranavaí, no período de outubro de 2023 a agosto de 2024. As ações incluíram o planejamento e desenvolvimento de oficinas educativas e construção de materiais educativos. Contou com a participação de docentes e discentes dos cursos de Enfermagem e Educação Física da Universidade Estadual do Paraná, campus Paranavaí, Brasil, em colaboração com o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos de Paranavaí-PR. As atividades ocorreram semanalmente e contemplaram temas relevantes como memória, esporte e lazer, dança circular, bem-estar e criatividade, Sistema Único de Saúde, Imagem Corporal e Direitos da Pessoa Idosa. Além disso, também foram desenvolvidos e divulgados materiais educativos que abordavam temas relacionados a senescência, de forma ilustrativa, simples e dinâmica, para garantir fácil compreensão. A disseminação dos materiais ocorreu em redes sociais e grupos de WhatsApp®. RESULTADOS: As oficinas realizadas impactaram positivamente a saúde física, cognitiva e emocional dos participantes. Os idosos relataram melhorias na memória, flexibilidade, coordenação motora, autoestima e autoconfiança, além de uma maior compreensão sobre seus direitos e deveres relacionados à saúde. A criação de materiais educativos também foi bem-sucedida, com uma disseminação eficaz e fidedigna de informações sobre a senescência. CONCLUSÕES: Conclui-se que as ações desenvolvidas pela UNAPI são essenciais para promover um envelhecimento ativo e saudável, fortalecendo a autonomia e a qualidade de vida dos idosos. O projeto evidencia a importância de intervenções educativas e sociais que favoreçam o bem-estar biopsicossocial da população idosa, enfrentando os desafios do envelhecimento populacional e promovendo uma sociedade mais inclusiva e saudável.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Educação em Saúde; Promoção da Saúde.