

[39225] Qualidade de vida e riscos cardiovasculares em cuidadores leigos de meia idade e idosos

Autora: Ayume Oliveira Yamamoto

Coordenadoras: Dr. Ana Karina Silva da Rocha Tanaka; Dr. Luiza Maria Gerhardt.

Justificativa: A população brasileira envelhece em alta velocidade e isso acaba sendo um dos grandes obstáculos a serem vencidos no cenário atual da saúde pública. A partir dessa concepção destaca-se a importância dos cuidadores, já que o processo de envelhecimento gera alterações físicas na capacidade funcional do idoso e o cuidador acaba sendo um agente tanto de recuperação como reabilitador. **Objetivo:** Incentivar o auto cuidado e identificar as percepções dos participantes do curso “A qualidade de vida em cuidadores leigos trabalhadores de meia idade e idosos em relação aos riscos cardiovasculares”. Necessitam de cuidados da mesma forma, seja física ou mental, para desenvolver uma autocrítica objetivando uma melhor qualidade de vida. **Metodologia:** Estudo apresenta a avaliação de 23 participantes sobre o curso “A qualidade de vida em cuidadores leigos trabalhadores de meia idade e idosos em relação aos riscos cardiovasculares”. O projeto ocorre semestralmente em reuniões quinzenais de forma presencial, com temáticas sobre a saúde do profissional cuidador, através de rodas de conversas, palestras e oficinas lúdicas. Ao final do curso os participantes foram convidados a preencher uma ficha avaliativa sobre o curso. **Resultados:** Na percepção dos participantes o curso de extensão proporciona uma reflexão sobre o processo de envelhecimento, contribuindo para qualidade de vida e a saúde ocupacional desses trabalhadores. Ao final do curso os participantes avaliaram as aulas, com os seguintes resultados: 99,8% descreveram que importante a universidade ter cursos que revejam o envelhecimento; 95% descreveram que os cursos de cuidadores leigos voltados para o processo de envelhecimento devem acontecer semestralmente; 97% deram 9,9 para o conteúdo do curso; 100% considera necessário relacionar as práticas (vivências) com a teoria e 98% nunca pararam pra pensar sobre o processo de envelhecimento, não se sentem capacitados para cuidar dos outros.