

**A implementação de ações de educação alimentar em uma instituição de longa
permanência: relato de experiência**

**The implementation of food education actions in a long-term institution: an experience
report**

**La implementación de acciones de educación alimentaria en una institución a largo
plazo: un informe de experiencia**

Recebido: 11/07/2020 | Revisado: 31/07/2020 | Aceito: 03/08/2020 | Publicado: 11/08/2020

Thiago Simplicio Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6349-7013>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: thiagosimplicio221@gmail.com

Débora Thais da Costa Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9278-6650>

Universidade Norte do Paraná, Brasil

E-mail: deboratcs22@gmail.com

Fernanda Farias Paiva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3254-2897>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: nandafpaiiva@gmail.com

Jéssica Maria Lins da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3218-6447>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: jeeh.sylva@gmail.com

Paloma Clarícia de Brito Pinheiro

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6367-5983>

Universidade Norte do Paraná, Brasil

E-mail: papahmaria@gmail.com

Maycon de Sousa Quaresma

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0176-2790>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: sousamaycon87@gmail.com

Nillana da Conceição de Castro Rodrigues

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5419-3184>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: nillanarodrigues@hotmail.com

Pamela Cristina Furtado Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6732-6038>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: Pcfc.enfa@gmail.com

Paula Valéria Dias Pena Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5180-9940>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: valeriadiaspena@gmail.com

Resumo

O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, caracterizado por modificações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas nos indivíduos. Comumente, observa-se no processo de senescência o abandono que acomete muitos idosos, cujos quais necessitam de cuidados multiprofissionais singulares. Assim, são levados, em muitos casos, à instituições de longa permanência para um cuidado especializado. Verifica-se a existência de lacunas sobre aspectos alimentares básicos dentro dessa assistência, como a educação alimentar, que é fundamental para este público-alvo. Este estudo objetiva descrever atividades educativas mediante o uso ferramentas lúdicas em um instituto de longa permanência para idosos. Trata-se de uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa, na forma de relato de experiência sobre a vivência teórico-prática desenvolvida em uma instituição de longa permanência para idosos por acadêmicos de enfermagem e nutrição, aderindo aos princípios da Metodologia pelo Arco de Maguerez. Como resultado, foi visto que os idosos encontravam-se ociosos por não interagirem com as pessoas do local, além do escasso conhecimento de práticas alimentares saudáveis. Foram efetuadas atividades de interação grupal com abordagem de conhecimentos alimentares, levando orientações nutricionais. As ações realizadas tiveram seus objetivos alcançados, pois proporcionaram aos idosos uma participação ativa e novas perspectivas acerca da importância do hábito alimentar na terceira idade, além de promoverem recursos paliativos para dirimir sentimentos de ociosidade. Portanto, ressalta-se a importância do acadêmico de enfermagem e nutrição neste tipo de ação, pois promove o

crescimento individual e coletivo, assim como auxilia na construção de interações e na obtenção de um olhar holístico e acolhedor.

Palavras chave: Envelhecimento; Educação alimentar; Qualidade de vida.

Abstract

Aging is a dynamic and progressive process, altered by morphological, physiological, biochemical and psychological changes in individuals. Commonly, observe if there is no abandonment or abandonment process that accommodates many elderly people, who are responsible for singular multiprofessional care. Thus, in many cases, they are taken to long-term care facilities for specialized care. Check for gaps in basic food aspects within this assistance, such as food education, which is essential for the target audience. This objective study describes educational activities using music tools at a long-term care institute for the elderly. It is a descriptive research with a qualitative approach, in the form of an experience report on the theoretical-practical experience developed in a long-term institution for the elderly by nursing and nutrition students, adhering to the Methodology methods by the Arco de Maguerez. As a result, it was seen that the elderly are idle for not interacting with local people, in addition to knowledge of practical eating practices. Group interaction activities were carried out with a knowledge approach, taking nutritional guidelines. The actions carried out had their objectives achieved, as they provided the elderly with active participation and new perspectives on the importance of food consumption in the elderly, in addition to promoting palliative resources to direct feelings of idleness. Therefore, the importance of academic nursing and nutrition training in this type of action is emphasized, as it promotes individual and collective growth, as an aid in building interactions and using a holistic and welcoming look.

Keywords: Aging; Nutrition education; Quality of life.

Resumen

El envejecimiento es un proceso dinámico y progresivo, caracterizado por cambios morfológicos, fisiológicos, bioquímicos y psicológicos en los individuos. Comúnmente, se observa en el proceso de senescencia el abandono que afecta a muchas personas mayores, que necesitan una atención multiprofesional única. Por lo tanto, en muchos casos, son llevados a centros de atención a largo plazo para recibir atención especializada. Hay vacíos en los aspectos alimentarios básicos dentro de esta asistencia, como la educación alimentaria, que es esencial para este público objetivo. Este estudio tiene como objetivo describir actividades

educativas utilizando herramientas lúdicas en un instituto de atención a largo plazo para personas mayores. Es una investigación descriptiva con un enfoque cualitativo, en forma de un informe de experiencia sobre la experiencia teórico-práctica desarrollada en una institución a largo plazo para personas mayores por estudiantes de enfermería y nutrición, que se adhiere a los principios de Metodología del Arco de Maguerez. Como resultado, se vio que los ancianos estaban ociosos porque no interactuaban con la población local, además del escaso conocimiento de las prácticas de alimentación saludable. Las actividades de interacción grupal se llevaron a cabo con un enfoque de conocimiento dietético, tomando pautas nutricionales. Las acciones realizadas alcanzaron sus objetivos, ya que proporcionaron a los ancianos una participación activa y nuevas perspectivas sobre la importancia de los hábitos alimenticios en los ancianos, además de promover recursos paliativos para resolver los sentimientos de ociosidad. Por lo tanto, se enfatiza la importancia del estudiante de enfermería y nutrición en este tipo de acción, ya que promueve el crecimiento individual y colectivo, así como ayuda en la construcción de interacciones y en la obtención de un aspecto holístico y acogedor.

Palabras clave: Envejecimiento; Educación nutricional; Calidad de vida.

1. Introdução

O envelhecimento é definido como um conjunto de modificações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas que determinam a perda gradativa da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, sendo considerado um processo dinâmico e progressivo (Marinho, Vieira, Costa, & Andrade, 2013). Para mais, dentro do perfil epidemiológico, a população idosa é caracterizada pela tripla carga de doença com forte predomínio das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), prevalência de elevada mortalidade e morbidade por condições decorrentes de causas externas e agudizações de condições crônicas (Ministério da Saúde, n, d.).

Assim, comumente observa-se durante o processo de senescência o abandono que acomete muitos idosos, cujos quais necessitam de cuidados externos e uma nova adaptação a este contexto. Dessa forma surgem as instituições de longa permanência para idosos, com caráter residencial, visando o suporte a esses indivíduos que, em muitos casos se encontram debilitados tanto psicologicamente como fisicamente, necessitando de cuidados multiprofissionais singulares com o objetivo de auxiliar no enfrentamento do processo de envelhecimento, assim como promover maior bem-estar a essas pessoas. Além disso, é

comum observar nesse processo de senescência, a situação de abandono e desamparo, o que acarreta a necessidade de cuidados prestados por pessoas externas, tornando o idoso dependente (Alves-Silva, Scorsolini-Comin, & Santos, 2013).

Outrossim, é indispensável que as instituições apresentem um caráter acolhedor, bem como que promovam atividades de lazer para seus idosos, visando o desenvolvimento da interação interpessoal, assim como um enfrentamento eficaz acerca das condições de saúde, com fito de evitar complicações físicas, emocionais e sociais. Além disso, a partir do novo ambiente em que esses indivíduos estão inseridos, estão mais propensos a sofrer abandono familiar ou perda de contato com entes queridos, o que acaba sendo um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais e condutas de isolamento (Figueiredo, Rabelo, & Veloso, 2014).

No que concerne aos impactos psicossomáticos que esses idosos estão submetidos, evidencia-se que o ambiente dessas instituições pode afetar diretamente sua saúde mental, por isso faz-se necessário à participação de uma equipe multiprofissional para uma assistência contínua dessas pessoas, atendendo todas suas necessidades, sejam elas físicas ou emocionais. Dessa forma, a educação alimentar representa um mecanismo para auxiliar os idosos a compreender a importância da alimentação saudável de forma lúdica, aproximando-os da realidade em que vivem e ratificando a necessidade do autocuidado para a manutenção da saúde (Coutinho *et al.*, 2016).

Entende-se por educação alimentar a promoção da saúde envolvendo uma nutrição adequada, estimulando e reforçando o conhecimento sobre o impacto da alimentação no bem-estar, bem como mitigando situações de risco como desnutrição e o desenvolvimento de outras doenças ligadas à alimentação (Coutinho *et al.*, 2016). Para mais, o nutricionista é o profissional que se destaca dentro desta temática, posto que ele orienta a alimentação adequada evitando ou minimizando problemas relacionados a alimentação e, juntamente com outros profissionais, auxiliam na manutenção e/ou recuperação da saúde e qualidade de vida dos idosos (Conselho Regional de Nutrição, n, d.).

Ademais, salienta-se também a importância da participação do profissional enfermeiro junto aos idosos nas ILPS, já que este possui o papel de cuidar e desenvolver atividades assistências junto à pessoa idosa. Esse processo de cuidar prevê a interação com o modo de viver da pessoa, promovendo uma vida saudável e ativa, por meio da utilização das capacidades e condições de saúde do indivíduo, tornando-o apto para lidar com o processo saúde-doença (Santos, Silva, Barlem, & Lopes, 2008). Além disso, vale ressaltar que o enfermeiro promove um trabalho humanizado, acolhedor, resolutivo e integral, fatores

fundamentais para a melhora na qualidade de vida desses idosos (Gonçalves, Azevedo, Silva, & Souza, 2015).

A partir disso, visando uma melhor interação e aceitação de atividades educativas, avulta-se a utilização das atividades lúdicas, visto que elas contribuem de forma fundamental para o estímulo de funções psíquicas, redução de fatores estressores, diminuição da ansiedade e angústia, assim como da ociosidade presente no cotidiano desses locais, sendo seus principais benefícios refletidos no âmbito social trazendo melhoras significativas no desempenho funcional e promovendo saúde, independência e a autonomia (Valentim, 2016). Ainda mais, a prática dessas atividades colabora significativamente para a melhora dos fatores biológicos, psicológicos e sociais desses indivíduos (Fleurí, Almeida, & Diniz, 2013).

Nesse sentido, o presente estudo trata-se de um relato de experiência, vivenciado por acadêmicos dos cursos de enfermagem e nutrição, o qual tem como objetivo descrever as atividades educativas realizadas em um instituto de longa permanência localizado no interior do estado do Pará, com a utilização de metodologias lúdicas voltadas a uma alimentação adequada.

2. Método

Estudo descritivo com abordagem qualitativa, na forma de relato de experiência, o qual disserta sobre a vivência teórico-prática desenvolvida em uma instituição de longa permanência para idosos no interior do estado do Pará por acadêmicos de enfermagem e nutrição. Com base nisso, o trabalho aderiu aos princípios da Metodologia da problematização pelo Arco de Charles Maguerez.

Essa é uma metodologia ativa e problematizadora, a qual consiste de cinco etapas: inicialmente tem-se a observação dos fatos para que ocorra a definição de um determinado problema, posteriormente há a listagem dos pontos-chave do problema identificado e a subsequente teorização do mesmo, a fim de que as hipóteses de solução possam ser estabelecidas e, finalmente, aplicadas à realidade do local em questão. Destaca-se a importância da participação dos grupos que se almeja atingir, seja em cenários de ensino, assistência ou pesquisa, de modo que o procedimento possa contribuir com a alteração da realidade observada (Berbel, 2011; Cruz, Araújo, Nascimento, França, & Oliveira, 2017).

Na primeira etapa do Arco de Maguerez, a participação ativa dos acadêmicos foi essencial na visitação inicial à instituição de longa permanência para idosos, em que houve a obtenção de informações mediante o diálogo com os idosos para promoção de uma análise

efetiva do panorama, permitindo uma leitura preliminar da temática a ser trabalhada nesse local. Foi o momento em que os acadêmicos envolvidos olharam atentamente para a realidade dessas pessoas, escolhendo aspectos para serem desenvolvidos, trabalhados ou melhorados, otimizando a construção do conhecimento sobre a condição dos idosos.

Já na segunda etapa, os acadêmicos apontaram os pontos-chave que surgiram a partir do que foi levantado e discutido sobre o tema. Procedeu-se com a análise daquilo que foi de significativa relevância para os acadêmicos no momento da visitação, a partir do conhecimento preliminar e do olhar construído durante a visita. Nesse estágio ocorreu a avaliação do que seria abordado sobre o problema. Os pontos-chave selecionados foram: O pouco conhecimento dos idosos acerca de práticas alimentares saudáveis e a falta de interatividade entre eles, que permitiram o sentimento de ociosidade, o que pode ser fator de risco para o desenvolvimento de hábitos pouco produtivos no cotidiano. Desse modo, os discentes fizeram o levantamento das atividades a serem desenvolvidas com base nessas observações.

Nesse momento, os acadêmicos passaram a perceber o problema de forma mais acentuada. Com a posterior teorização da ação, ocorrida durante a terceira etapa, foi corroborada a compreensão do problema, tanto por suas manifestações empíricas, quanto pelos princípios teóricos que os explicam mediante uma busca na literatura existente para a ação a ser realizada e para fundamentar a prática da mesma. Assim, ficou perceptível que a principal eficácia da ação seria levar o conhecimento de hábitos alimentares aos idosos mediante a conversação entre o público-alvo e os acadêmicos e a explicação nutricional dos mesmos, permitindo não só o entendimento da importância de uma alimentação saudável, mas também para dirimir o sentimento de ociosidade nos idosos.

Após a teorização, foram identificadas algumas hipóteses de soluções na quarta etapa, em que foi ratificado o papel do acadêmico como agente motriz das ações essenciais à realização das propostas que visem modelar a supracitada realidade. Durante essa etapa do Arco, ocorreu a realização da escolha de atividades que conferissem bem-estar aos idosos, almejando solucionar os problemas identificados.

Na quinta fase de retorno e aplicação à realidade dos idosos, os discentes foram levados à construção de medidas para transformar a realidade observada a partir das hipóteses anteriormente planejadas, permitindo aos idosos uma educação em saúde direcionada aos hábitos nutricionais na terceira idade. Dessa forma, optou-se pela execução das seguintes atividades: acolhimento inicial, que visou à interação do público-alvo com os acadêmicos, a realização de uma roda de diálogo com escuta ativa e qualificada sobre a relevância de uma

alimentação saudável, com uma subsequente explicação através de ferramentas lúdicas sobre as propriedades nutricionais das frutas consumidas pelos idosos e a distribuição de porções de salada de frutas como presente da ação, sendo ratificado a relevância de se implementar alimentos naturais na dieta do público-alvo.

3. Resultados

A partir da análise dos principais dados alcançados pelo Arco de Maguerez, evidenciou-se que os idosos da instituição encontravam-se ociosos e detinham poucos conhecimentos a respeito de práticas alimentares saudáveis, sinalizando a necessidade da realização de uma ação de educação em saúde voltada para a vida nutricional do idoso, com o intuito de tornar o processo de envelhecimento mais salutar ofertando orientações a fim de despertar o desejo pela busca e adesão de hábitos alimentares adequados.

À vista disso, no dia da ação realizou-se inicialmente um momento de acolhimento, no qual houve a apresentação dos acadêmicos e dos idosos de forma dinâmica, onde também foi explicado quais atividades seriam executadas no decorrer da ação. Nesse ínterim, os participantes demonstraram-se receptivos e interessados nas atividades propostas, contudo alguns apresentavam timidez e não interagiam diretamente com os acadêmicos.

Sequencialmente, os discentes organizaram os idosos sentados em roda e explanaram acerca da importância da adoção de uma alimentação saudável, dando dicas e também realizando perguntas com auxílio de ferramentas lúdicas, objetivando estimular a participação do público. Por conseguinte, percebeu-se que a partir desse diálogo aberto e dinâmico, a timidez foi diminuindo gradativamente e os integrantes se sentiram mais à vontade para conversar entre si e com os discentes, gerando maior interesse no assunto abordado.

Em seguida, os acadêmicos apresentaram algumas frutas que os idosos costumavam consumir diariamente e explicaram sobre os benefícios que cada uma traz para saúde de quem as consome. Nesse contexto, é importante destacar que houve a preocupação de adaptar o linguajar para melhorar o entendimento do assunto, sendo assim, os termos técnicos foram evitados com o intuito de facilitar a comunicação tornando as informações mais claras e objetivas.

Ao final da roda de conversa, foi distribuída uma porção de salada de frutas como brinde da ação sendo uma forma de exemplificar uma receita fácil e acessível para ser preparada. Nesse momento, foi frisada a necessidade da implementação de alimentos naturais na dieta de cada um, com o fito de controlar e evitar enfermidades, visto que durante a velhice

a presença de doenças crônicas é recorrente, revelando como é fundamental que condutas nutricionais saudáveis sejam incentivadas.

Dessa forma, foi nítido que a roda de conversa foi um potencial veículo de informação que despertou um senso crítico em relação a adoção de hábitos alimentares saudáveis, visto que permitiu a troca de conhecimentos, suscitando a atenção do público-alvo, que se expressou ativo durante a conversação dando opiniões sobre a indispensabilidade de mudanças alimentares na terceira idade, bem como os hábitos que poderiam ser alterados no cotidiano.

Outrossim, é válido salientar que durante a distribuição do lanche foi possível perceber que alguns idosos necessitavam de ajuda para se alimentar, pois apresentavam limitações físicas, como partes do corpo amputadas em decorrência de doenças degenerativas. Posto isso, os acadêmicos auxiliaram na alimentação destes e, concomitantemente, realizaram uma escuta ativa qualificada, na qual puderam compreender melhor a realidade vivida por cada um, fato que proporcionou com que os acadêmicos dirigissem orientações alimentares mais específicas.

Sendo assim, essa atenção individual oportunizou que o acadêmico interagisse de forma mais direta com os partícipes, suprimindo não apenas as necessidades individuais, mas também proporcionando sensação de prazer e bem-estar, caracterizada a partir de relatos advindos do público-alvo, como "é bom ter essas coisas, a gente se sente sozinho, sem pessoas para conversar" e "tem pessoa que não se aproxima da gente por medo, é bom receber visitas, sabe?", assinalando a relevância de ações como essa.

Destarte, ao final da ação houve um momento de despedida e agradecimento, onde o responsável pelo abrigo agradeceu pela visita e incentivou o retorno da equipe para mais atividades, enfatizando a importância e o impacto que atividades como essa trazem para a população idosa devido às vulnerabilidades que eles estão expostos. Ademais, os idosos também agradeceram pelas dicas e orientações alimentares e demonstravam alegria e gratidão ao final da atividade.

Desse modo, é tácito afirmar que a ação foi prestimosa apresentando resultados positivos, sobretudo por conta da escuta ativa e pela conversação, pois permitiram que os acadêmicos compreendessem as necessidades assistenciais de cada participante. Em virtude disso, nota-se como a participação de acadêmicos de enfermagem e de nutrição faz-se imprescindível em instituições de longa permanência de idosos, visto que auxiliam a promoção da saúde favorecendo um processo de senescência mais saudável, aumentando a qualidade e, conseqüentemente, a expectativa de vida.

4. Discussão

O processo de senescência é um tema de extrema importância a ser estudado e que merece a devida atenção dos pesquisadores, posto que o número de idosos nos últimos dez anos tem crescido substancialmente, fazendo com que haja um alargamento no topo da pirâmide etária do país. Ao longo do envelhecimento, o ser humano vai se tornando cada vez mais sensível ao meio ambiente devido à diminuição de suas capacidades de adequação, o que acarreta em problemáticas no que concerne ao autocuidado (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2011).

Diante desse cenário, o idoso acaba tornando-se dependente de terceiros, por esse motivo, faz-se necessário a atuação das Instituições de Longa Permanência (ILPs), caracterizadas como um meio no qual algumas famílias buscam auxílio no cuidado ao indivíduo, sendo consideradas um sistema social organizacional, que tem como objetivo garantir a atenção integral às pessoas idosas, bem como defendendo sua dignidade e seus direitos (Alves-Silva, Scorsolini-Comin, & Santos, 2012).

Ademais, com o intuito de amenizar as possibilidades de acidentes ou declínio do quadro clínico, as ILPs devem oferecer segurança e estabilidade para cada indivíduo, respeitando as suas necessidades especiais. Além disso, existem aspectos multifatoriais que são relacionados as condições intrínsecas aos idosos, como desordens da visão, equilíbrio, deambulação, além dos aspectos extrínsecos aos quais estão expostos, como os riscos ambientais, as instalações, os equipamentos e arranjos medicamentosos disponíveis nesses locais (Neto *et al.*, 2017).

Por isso, faz-se necessária a presença de profissionais de saúde capazes de atender as necessidades patológicas que acometem esse público, visto que, muitas das vezes os idosos apresentam algumas carências nos cuidados, sendo relevante a presença de uma equipe multiprofissional. Além disso, a equipe multiprofissional é capaz de estabelecer estratégias de promoção à saúde com o intuito de adiar o desenvolvimento de doenças, agravos das morbidades e das incapacidades, auxiliando na manutenção do autocuidado, de modo a fortalecer e preservar a autonomia individual (Piexak *et al.*, 2012).

Dessa forma, evidencia-se a necessidade de que os profissionais da equipe compreendam a variedade e a complexidade dos fatores envolvidos no processo de envelhecimento, elaborando planos de cuidados, aplicando as intervenções de acordo com as singularidades individuais, posto que isso contribui para um atendimento equânime e humanizado (Silva, Fedosse, Pascotini, & Riehs, 2019).

Outrossim, o envelhecimento traz consigo diversas dificuldades que podem estar relacionadas a alimentação, visto que, a ingestão alimentar de idosos sofre influências, especialmente por fatores fisiológicos, que causam, muitas vezes, a redução do apetite, o surgimento de distúrbios da deglutição e a diminuição da capacidade gustativa e olfativa, contribuindo para a redução da absorção de vitaminas, minerais e outros nutrientes, com isso faz-se necessária a implementação de programas que promovam a educação alimentar ao idosos (Souza, Martins, Franco, Martinho, & Tinôco, 2016).

Do mesmo modo, a participação do profissional enfermeiro também se faz necessária, possibilitando a organização do cuidado, diminuindo o risco de dependências físicas, liberando determinantes de saúde através da avaliação sucessiva da capacidade funcional, bem como situando metas promovidas frente às necessidades do idoso, de forma individual. Além de que, esse profissional compreende através da consulta de enfermagem, os motivos da institucionalização, a história de saúde e o uso de medicamentos, tornando esse processo mais humanizado (Medeiros, Oliveira, Lima, & Nóbrega, 2015).

Por conseguinte, é válido salientar que, em alguns casos, ocorre o risco de desenvolvimento de transtornos, por conta da exposição à fatores estressores, como a solidão e ao abandono, os quais acabam levando ao distanciamento familiar, bem como acarretando, muitas vezes, distúrbios de ansiedade, depressão e estresse. Portanto, evidencia-se que a família tem um papel fundamental para manter o equilíbrio emocional e afetivo do longo, pois o convívio com pessoas conhecidas proporciona um apoio essencial nesse período da vida (Tier, Fontana, & Soares, 2004).

Dessa maneira, enfatiza-se que os institucionalizados precisam de um cuidado especial para que sejam supridas todas as necessidades. Portanto, ratifica-se a importância de uma equipe humanizada, para que se estabeleça um vínculo entre gestores, trabalhadores e usuários, onde haja a possibilidade de melhorias tanto no cuidado quanto na organização do trabalho, para que assim, haja atuação coletiva nos processos de gestão e de promoção de saúde, proporcionando sentimentos de bem-estar e acolhimento aos idosos (Ministério da Saúde, n. d.).

Além disso, é relevante a elaboração de atividades que abordem o lúdico nas ILP's, uma vez que promovem resultados positivos para a saúde mental e interatividade dos idosos com o seu redor, sendo estas aplicadas tanto a pessoas com enfermidades quanto para sadias. Além disso, garantir maior assimilação sobre os mais variados temas, podendo ser aplicada em todas as faixas etárias (Silva & Silva, 2012).

Neste contexto, as ferramentas lúdicas, o acolhimento e a roda de conversa realizada pelos acadêmicos, são táticas muito apreciadas que proporcionam o entrosamento e comunicação entre os participantes. Sendo o acolhimento um recurso essencial de primeiro contato, favorecendo a integração entre locutor e ouvinte, assim como a roda de conversa, um método de discussão que possibilita a participação democrática e o aprofundamento do diálogo, a partir das experiências e impressões de cada pessoa sobre o assunto abordado, bem como explanar as conclusões manifestadas no grupo de forma reflexiva (Melo & Cruz, 2014).

Portanto, tais atividades contribuíram significativamente para a assimilação acerca da temática abordada, com foco na qualidade da educação alimentar, uma vez que essa tem o intuito de contribuir para a promoção e proteção à saúde, por meio de uma alimentação adequada, favorecendo o desenvolvimento humano e um envelhecimento com qualidade de vida, por meio de rotinas saudáveis, visando a manutenção da mente, corpo e espírito equilibrados, mesmo em idades mais avançadas (Política Nacional de Alimentação e Nutrição, 2013).

Dessa forma, faz-se imprescindível a criação de programas de prevenção e promoção à saúde voltados para a terceira idade, tendo em vista que a qualidade de vida deste público é diretamente relacionada a um envelhecimento com autonomia e capacidade funcional ativa e bem-sucedida, conjuntamente a probabilidade reduzidas de doenças crônicas, bem como capacidades físicas e mentais preservadas, vinculadas as interações sociais (Sampaio, Rodrigues, Pereira, Rodrigues, & Dias, 2011).

Outrossim, também é válido ressaltar a atuação dos profissionais cuidadores de idosos, auxiliando na garantia da acessibilidade e suporte de qualidade, sendo a atenção um item crucial para lidar com este público, exigindo conhecimento sobre alterações provenientes do processo de envelhecimento e compreensão do meio em que o idoso vive, bem como acerca de suas limitações funcionais. Neste contexto, é requerida sua capacitação e competência ao cuidar destes idosos, visto que não há qualificação específica exigida para a contratação destes profissionais (Sampaio, Rodrigues, Pereira, Rodrigues, & Dias, 2011).

Ademais, assim como os cuidadores são importantes para a vivência do idoso, a família também é essencial para a adaptação dessa nova comunidade em que esse indivíduo será inserido. Desse modo, a participação familiar em uma ILP consiste em proporcionar apoio para que eles não desenvolvam sentimentos negativos como abandono e depressividade, pois ao demonstrar afeto e interesse nas relações com o idoso, influencia-se diretamente o bem-estar físico e emocional dos mesmos (Santos *et al.*, 2019).

Neste âmbito, os acadêmicos de nutrição e enfermagem constituem papel importante na abordagem deste tema, posto que esses elaboram e desempenham atividades, tanto no ramo da pesquisa quanto em extensão, relacionadas a otimização do processo de educação e promoção à saúde. Além disso, essas ações viabilizam cada vez mais a evolução dos métodos de abordagem e integração com a comunidade, bem como o desenvolvimento de habilidades e competências para a promoção futura de uma assistência equânime e integral.

Dessa forma, ratifica-se a necessidade de um olhar mais sensível voltado ao idoso de forma biopsicossocial, que propicie maior qualidade de vida dentro das ILP's, visto que historicamente essas instituições possuem perfil assistencialista, no qual o cuidar se restringe ao abrigo e alimentação.

Desse modo, faz-se importante um olhar humanizado para estes longevos, uma vez que todo ser vivo está sujeito ao envelhecimento, sendo o do humano um processo além do simples ciclo biológico, podendo acarretar consequências sociais e psicológicas aos mesmos (Fechine & Trompieri, 2012; Freitas & Scheicher, 2010).

5. Considerações Finais

As atividades realizadas no local estudado proporcionaram aos idosos uma participação ativa e um novo olhar dos mesmos sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis. A partir disso, os idosos evidenciaram grande satisfação com os ensinamentos explanados pelos acadêmicos, com ênfase também na maior interação que foi desenvolvida entre esse público-alvo. Ademais, essa ação promoveu efeitos de ordem terapêutica no cotidiano dos idosos, tanto no leque de recursos paliativos para dirimir sentimentos de ociosidade e falta de interação, como nas novas perspectivas para a saúde alimentar na terceira idade e seu papel dentro do cuidado qualificado.

Desse modo, ratifica-se que o objetivo principal do estudo foi alcançado, através da aplicação da atividade que possibilitou frutos para ambas as partes envolvidas, em especial aos acadêmicos de enfermagem e nutrição, que através desta, puderam adquirir habilidades e competências para o trabalho com este público, bem como atuar com papel resolutivo diretamente na comunidade, prática fomentada através da metodologia da problematização adotada. Assim sendo, ressalta-se a importância da participação do discente neste tipo de ação, visto que promove o crescimento individual e coletivo, assim como auxilia na construção de interações interpessoais e na obtenção de uma visão holística e acolhedora.

Com isso, tem-se a expectativa de que este estudo incite novas pesquisas no que

concerne à aplicação de medidas educativas nutricionais voltadas a esse público-alvo, para que sejam mitigados tanto os sentimentos de timidez como de ociosidade, os quais são comuns em idosos que se encontram em ILPIs, além de auxiliar no desenvolvimento de estratégias para a promoção da qualidade de vida nutricional dos idosos, a fim de garantir o seu bem-estar nessa etapa da vida. Sugere-se que para futuros trabalhos seja utilizada uma amostra maior de pessoas e uma maior variedade de instituições, visando resultados mais extensivos e consistentes.

Referências

- Araújo, N. A. H., Patrício, A. C. F. A., Ferreira, M. A. M., Rodrigues, B. F. L., Santos, T. D., Rodrigues, T. D. B., & Silva, R. A. R. (2017). Quedas em idosos institucionalizados: riscos, consequências e antecedentes. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70 (4), 719-725.
- Berbel, N. (2011). As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, 32(1), 25-40. Recuperado de <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminasoc/article/view/10326/0>
- Brasil. (n.d.). *Alimentação para pessoa idosa*. Ministério da Saúde. Recuperado de http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_saudavel_idosa_profissionais_saude.pdf
- Brasil. (2013). *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. Ministério da Saúde. Recuperado de https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf
- Coutinho, T. V., Viana, E. S. M., Rodrigues, S., Macedo, S. V., Lopes, C. T., & Faria, N. S. F. (2016). Educação nutricional para idosos institucionalizados na cidade de Viçosa-MG. *Revista Científica Univiçosa*, 8 (1), 319-326.
- CRN. (n.d.). *Atuação do nutricionista em ILPI*. Conselho Regional de Nutrição. Recuperado de <http://www.crn2.org.br/crn2/em-destaque-home/atuacao-do-nutricionista-em-ilpi>.

Cruz, R. A. O., Araújo, E. L. M., Nascimento, N. M., França, R. F. S., & Oliveira, J. S. (2017). Ensino do processo de enfermagem na academia: Relato à luz de Maguerez. *Revista de Enfermagem UFPE Online*, 11(Supl. 12), 5471-5477.

Fechine, B. R. A., & Trompieri, N. (2012). O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *Revista Científica Internacional*, 1 (7), 106-132.

Freitas, M. A. V., & Scheicher, M. E. (2010). Qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria Gerontologia*, 13 (3), 395-401.

Figueiredo, T. S., Rabelo, T. L. P., & Veloso, L. C. (2014). A vivência de idosos em instituições de longa permanência. *Revista Interdisciplinar*, 7(2), 70-78.

Gonçalves, M. J. C., Azevedo, S. A. Jr., Souza, L. N. (2015). A importância da assistência do enfermeiro ao idoso institucionalizado em instituição de longa permanência. *Revista Científica de Enfermagem*, 5 (14), 12-18.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2011). *Primeiros resultados definitivos do Censo 2010*: População do Brasil é de 190.755.799 pessoas. Recuperado de www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/defaultt_sinopse.shtm.

Marinho, L. M., Vieira, M. A., Costa, S. M., & Andrade, J. M. O. (2013). Grau de dependência de idosos residentes em instituições de longa permanência. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 34 (1), 104-110.

Medeiros, F. A. L., Oliveira, J. M. M., Lima, R. J., & Nóbrega, M. M. L. (2015). O cuidar de pessoas idosas institucionalizadas na percepção da equipe de enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 36 (1), 56-61.

Melo, M. C. H., & Cruz, G. C. (2014). Roda de conversa: uma proposta metodológica para a construção de um espaço de diálogo no ensino médio. *Imagens da educação*, 4 (2), 31-39.

Metzner, A. C., & Camolesi, D. R. (2012). Atividades lúdicas na terceira idade: benefícios para um grupo de mulheres da cidade de Jaborandi.

Piexak, D. R., Freitas, P. H., Backes, D. S., Moreschi, C., Ferreira, C. L. L., & Souza, M. H. T. (2012). Percepção de profissionais de saúde em relação ao cuidado a pessoas idosas institucionalizadas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 15(2), 201-208.

Sampaio, A. M. O., Rodrigues, F. N., Pereira, V. G., Rodrigues, S. M., & Dias, C. A. (2011). Cuidadores de idosos: percepção sobre o envelhecimento e sua influência sobre o ato de cuidar. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 11 (2), 590-613.

Santos, N., Beuter, M., Girardon-Perlini, N., Timm, A., Pauletto, M., & Nishijima, R. (2019). Implicações da participação da família no cuidado às idosas institucionalizadas. *Revista de Enfermagem da UFSM*, 9 (16), 1-18.

Santos, S. S. C., Silva, B. T., Barlem, E. L. D., & Lopes, R. S. (2008). O papel do enfermeiro na instituição de longa permanência para idosos. *Revista de Enfermagem*, 2 (3), 291-299.

Silva, A. C. M., & Silva, M. A. (2012). As contribuições da arte lúdica do restabelecimento da saúde humana. Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Católica de Goiás, Goiás, GO, Brasil.

Silva, J. D. A., Comin, F.S., & Santos, M. A. (2013). Idosos em instituições de longa permanência: desenvolvimento, condições de vida e saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26 (4), 820-830.

Silva, R. S., Fedosse, E., Pascotini, F. S., & Riehs, E. B. (2019). Condições de saúde de idosos institucionalizados: contribuições para ação interdisciplinar e promotora de saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 27(2), 345-356.

Souza, J. D., Martins, M. V., Franco, F. S., Martinho, K. O., & Tinôco, A. L. (2016). Padrões Alimentares de idosos: características e associação com aspectos socioeconômicos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19 (6), 970-977.

Tier, C. G., Fontana, R. T., & Soares, N. V. (2004). Refletindo sobre idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 57 (3), 332-335.

Valentim, A. A. F. (2016). O lúdico na educação alimentar e nutricional de idosas institucionalizadas. Tese de doutorado, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Thiago Simplício Costa – 11,1%
Débora Thaís da Costa Silva – 11,1%
Fernanda Farias Paiva – 11,1%
Jessica Maria Lins da Silva – 11,1%
Paloma Clarícia de Brito Pinheiro – 11,1%
Maycon de Sousa Quaresma – 11,1%
Nillana da Conceição de Castro Rodrigues – 11,1%
Pamela Cristina Furtado Costa – 11,1%
Paula Valéria Dias Pena Costa – 11,2%