



PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA 3

Taísa Ceratti Treptow
(Organizadora)



PROMOÇÃO DA SAÚDE

E QUALIDADE DE VIDA

3

Taísa Ceratti Treptow
(Organizadora)

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Bruno Oliveira

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

2022 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2022 Os autores

Copyright da edição © 2022 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição-Não-Comercial-Não-Derivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial**Ciências Biológicas e da Saúde**

Profª Drª Aline Silva da Fonte Santa Rosa de Oliveira – Hospital Federal de Bonsucesso

Profª Drª Ana Beatriz Duarte Vieira – Universidade de Brasília

Profª Drª Ana Paula Peron – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás



Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto
Prof^o Dr^a Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Prof^o Dr^a Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^o Dr^a Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Prof^o Dr^a Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^o Dr^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^o Dr^a Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^o Dr^a Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Prof^o Dr^a Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^o Dr^a Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Aderval Aragão – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^o Dr^a Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Prof^o Dr^a Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^o Dr^a Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^o Dr^a Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Maurilio Antonio Varavallo – Universidade Federal do Tocantins
Prof^o Dr^a Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^o Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^o Dr^a Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^o Dr^a Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^o Dr^a Sheyla Mara Silva de Oliveira – Universidade do Estado do Pará
Prof^o Dr^a Suely Lopes de Azevedo – Universidade Federal Fluminense
Prof^o Dr^a Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Prof^o Dr^a Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^o Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^o Dr^a Welma Emídio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco



Promoção da saúde e qualidade de vida 3

Diagramação: Camila Alves de Cremo
Correção: Yaidy Paola Martinez
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizadora: Taísa Ceratti Treptow

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

P965 Promoção da saúde e qualidade de vida 3 / Organizadora
Taísa Ceratti Treptow. – Ponta Grossa - PR: Atena,
2022.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-258-0608-2

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.082221710>

1. Saúde 2. Qualidade de vida. I. Treptow, Taísa Ceratti
(Organizadora). II. Título.

CDD 613

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br



Atena
Editora
Ano 2022

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.



DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, *desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.



APRESENTAÇÃO

No último século, as condições de vida e saúde têm melhorado de forma contínua e sustentada devido aos progressos políticos, econômicos, sociais e ambientais, além de grandes avanços na saúde pública. Na primeira conferência internacional sobre promoção da saúde em 1986 foi elaborada a carta de Ottawa que descrevia a promoção da saúde como processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo.

A promoção da saúde representa uma estratégia promissora para enfrentar os múltiplos problemas de saúde que afetam a população. Neste contexto, propõe uma concepção ampla do processo saúde-doença e de seus determinantes, a articulação dos saberes técnicos e populares, além da mobilização de recursos institucionais e comunitários, públicos ou privados com o intuito de enfrentar e promover a resolução destas dificuldades no âmbito da saúde.

A obra “Promoção da saúde e qualidade de vida” da Atena Editora está dividida em dois volumes. O volume 3 está constituído em 20 artigos técnicos e científicos que destacam pesquisas principalmente na esfera pública do Sistema Único de Saúde em todos os ciclos da vida da gestação ao envelhecimento, contemplando a saúde e as mais diversas patologias. Pesquisas envolvendo a comunidade geral e universitária, abordagens e técnicas diferenciadas, além de percepções da promoção da saúde e qualidade de vida internacional. Já, o volume 4 contempla 21 artigos técnicos e científicos com pesquisas focadas principalmente na esfera ambulatorial e hospitalar juntamente com técnicas laboratoriais e profissionais, englobando interpretação de exame, suplementação, atuações profissionais, pesquisas voltadas para urgência, emergência e unidade de terapia intensiva, além de opções de tratamento para diversas patologias.

Sendo assim, o *e-book* possibilita uma infinidade de experiências nos diferentes cenários de atuação, permitindo extrapolar fronteiras e limites do conhecimento dos profissionais da área da saúde e demais interessados. Além disso, desejamos que a leitura seja fonte de inspiração e sirva de instrumento didático-pedagógico para acadêmicos e professores nos diversos níveis de ensino, e estimule o leitor a realizar novos estudos focados na promoção da saúde e qualidade de vida.

Agradecemos aos autores por suas contribuições científicas nesta temática e desejamos a todos uma excelente leitura!

Táisa Ceratti Treptow

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

INFLUÊNCIA DOS GASTOS COM SAÚDE NO ÍNDICE DE MORTALIDADE INFANTIL NOS MUNICÍPIOS CATARINENSES

Camilly Vitória Moreira Loth

Cleonice Witt

Gabriel Matheus Ostrovski

Isabely Aparecida Kroll

Mislaine Lourenço

Vitória Nader Dutra

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217101>

CAPÍTULO 2..... 10

INDICADORES EPIDEMIOLÓGICOS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DIAGNOSTICADAS COM A COVID-19 NO MUNICÍPIO DE REALEZA, PARANÁ

Bianca Cestaroli

Izabel Aparecida Soares

Alexandre Carvalho de Moura

Jucieli Weber

Camila Dalmolin

Dalila Moter Benvegnu

Gisele Arruda

Silvana Damin

Vanessa Silva Retuci

Felipe Beijamini

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217102>

CAPÍTULO 3..... 19

IMPACTO DO ESTÍMULO EXCESSIVO DA VISÃO DE PERTO NO DESENVOLVIMENTO DE MIOPIA EM CRIANÇAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Renan Felipe Silva de Moura

Livia Oliveira Delgado Mota

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217103>

CAPÍTULO 4..... 31

PANORAMA EPIDEMIOLÓGICO DO LEIOMIOMA UTERINO NO RIO DE JANEIRO NO PERÍODO DE JANEIRO DE 2016 A JANEIRO DE 2021

Yasmin Taffner Binda

Oswaldo Aparecido Caetano

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217104>

CAPÍTULO 5..... 41

OS TIPOS DE INTERVENÇÕES DE ESTILO DE VIDA E SEUS POSSÍVEIS EFEITOS NO GANHO DE PESO GESTACIONAL TOTAL: REVISÃO DE LITERATURA

Gabriela de Melo Junqueira

Sara Cristine Marques dos Santos

André Elias Ribeiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217105>

CAPÍTULO 6..... 53

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES MASTECTOMIZADAS- UMA REVISÃO NARRATIVA

Aline Lopes Ferreira
Ana Carolina Lima Furtado
Gabrielle Alexandra Andrade Alves
Juliana de Paula Ferreira
Kayky Nathan Lopes Ferreira Marota
Larissa Carolina Carvalho Marques
Maria Eduarda Santos Figueiredo
Mariana Beatriz Lima e Silva
Taynara Larissa Silva Oliveira
Claudio Marcos Bedran de Magalhães, Msc

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217105>

CAPÍTULO 7..... 66

CAMPANHA DE TESTE RÁPIDO PARA INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS: UMA EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Jhulye Vieira de Sousa
Kézia da Costa Falcão
Débora Pena Batista e Silva
Samy Marques Ribeiro de Oliveira
Rocyane Isidro de Oliveira
Antonio Rodrigues Ferreira Júnior

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217107>

CAPÍTULO 8..... 71

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA/SEXUAL SEGUNDO RAÇA/COR NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19: MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

Julia Verli Rosa
Ana Luiza de Oliveira Carvalho
Juliana da Fonsêca Bezerra
Fernanda Martins Cardoso
Natália Moreira Leitão Titara
Ana Beatriz Azevedo Queiroz
Maria Ludmila Kawane de Sousa Soares
Aline Furtado da Rosa
Luana Christina Souza da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217108>

CAPÍTULO 9..... 81

INCIDÊNCIA DE DOR NA ARTICULAÇÃO TEMPOROMANDIBULAR E OS DIFERENTES NÍVEIS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DO CURSO DE FISIOTERAPIA DE UMA

FACULDADE DO MARANHÃO

Thaiza Cortês de Mesquita
Ana Clara Lisboa dos Santos
Roberth Silva Oliveira Segundo
Yanna Eutalia Barbosa Figueredo Sousa
Valéria de Sousa Viralino
Naiana Deodato da Silva
Josiene Felix de Moura Macedo
Greice Lanna Sampaio do Nascimento
Sara Ferreira Coelho
Lélia Lilianna Borges de Sousa Macedo
Francisco Mayron de Sousa e Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0822217109>

CAPÍTULO 10..... 93

INTERVENÇÕES COMUNITÁRIAS PROMOTORAS DE UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Ana Sobral Canhestro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171010>

CAPÍTULO 11 107

PROMOÇÃO DA SAÚDE E CUIDADO AO IDOSO NAS INSTITUIÇÕES PÚBLICAS ESPECIALIZADAS: REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Rayana Gonçalves de Brito
Denise Machado Duran Gutierrez

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171011>

CAPÍTULO 12..... 120

CONSTRUÇÃO DE PODCAST PARA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO: RELATO DE EXPERIENCIA

Isael Cavalcante Silva
Ivanete Silva De Sousa
Vitoria Kisla Brasil Barros
Natalia Barbosa De Sousa
Otaline Silva Abreu
Paloma Ferreira Rodrigues
Elisabeth Soares Pereira da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171012>

CAPÍTULO 13..... 127

ESTILO DE VIDA, RELIGIÃO, MORTALIDADE E EXPECTATIVA DE VIDA

Estêfano de Lira Fernandes
Lanny Cristina Burlandy Soares
Natália Cristina de Oliveira
Márcia Cristina Teixeira Martins
José Lázaro Vieira dos Passos
Leslie Andrews Portes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171013>

CAPÍTULO 14..... 140

O PATRIMÔNIO NATURAL À LUZ DA ABORDAGEM ONE HEALTH

Rodolfo Nunes Bittencourt
Fábio Luiz Quandt
Ana Carenina Gheller Schaidhauer
João Carlos Ferreira de Melo Júnior

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171014>

CAPÍTULO 15..... 155

HEALTHY AGING PROMOTION IN BAIXO ALENTEJO, PORTUGAL

Ana Sobral Canhestro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171015>

CAPÍTULO 16..... 169

CONDIÇÕES DE ARMAZENAMENTO DE MEDICAMENTOS EM DOMICÍLIOS E A IMPORTÂNCIA DO FARMACÊUTICO NA ATENÇÃO BÁSICA

Lalesca Gomes de Oliveira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171016>

CAPÍTULO 17..... 174

ATENÇÃO A PACIENTES ONCOLÓGICOS NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE: REFLEXÕES SOBRE O DIREITO À VIDA

Maria Gabriela Teles de Moraes
Carolina Nunes Werneck de Carvalho
Caroline Silva de Araujo Lima
Lionel Espinosa Suarez Neto
Renata Reis Valente
Ana Luiza Silva de Almeida
Luciane Guiomar Barbosa
Júlia Ágata Cardoso Barbosa
Ana Luiza Batista Moraes
Juliana Cidade Lopes
Jéssica José Leite de Melo
Tiago Mello dos Santos
Juliana Claudia Araujo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171017>

CAPÍTULO 18..... 183

DESCENTRALIZAÇÃO DAS AÇÕES DO PROGRAMA DE CONTROLE DA MALÁRIA NO ESTADO DO AMAZONAS: UM DOS DETERMINANTES PARA O CONTROLE DA ENDEMIAS

Myrna Barata Machado
Elder Augusto Figueira
Ricardo Augusto dos Passos

Cristiano Fernandes
Bernardino Claudio Albuquerque
Rosemary Costa Pinto
Martha Cecilia Suárez Mutis

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171018>

CAPÍTULO 19..... 200

TÉCNICAS E ESTRATÉGIAS PARA MELHORIA DOS PROCESSOS DE TRABALHO EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: - CONSULTA DE ENFERMAGEM NA RUA

Antônio de Magalhães Marinho
Maria Lelita Xavier
Conceição de Maria Neres Silva Vieira
Carmen Dias dos Santos Pereira
Elisabete Bárbara Teixeira
Jovita Vitoria da Silva Vianna
Julia Marinho Ribeiro
Antônio de Magalhães Marinho

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171019>

CAPÍTULO 20..... 220

ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA SOBRE IDOSOS E INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA

Daniel Monteiro Constant
Bianca Accioly Tavares
Isabela Regina Vieira Barbosa
Josué De Oliveira Leitão
Amanda Karoline da Silva Pedrosa
Maria das Graças Monte Mello Taveira
Priscila Nunes de Vasconcelos
Divanise Suruagy Correia
Ricardo Fontes Macedo
Sandra Lopes Cavalcanti

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.08222171020>

SOBRE O ORGANIZADORA 233

ÍNDICE REMISSIVO..... 234

CAPÍTULO 12

CONSTRUÇÃO DE PODCAST PARA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO: RELATO DE EXPERIENCIA

Data de aceite: 03/10/2022

Isael Cavalcante Silva

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Ivanete Silva De Sousa

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Vitoria Kisla Brasil Barros

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Natalia Barbosa De Sousa

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Otaline Silva Abreu

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Paloma Ferreira Rodrigues

Acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário - UniAteneu Fortaleza - Ce

Elisabeth Soares Pereira da Silva

Docente Mestre do curso de enfermagem do Centro Universitário –UniAteneu Fortaleza - Ce

RESUMO: Introdução: O idoso é definido quando o individuo chega aos 60 anos, independentemente de seu estado biológico, psicológico e social. **Objetivo:** Relatar a construção de podcast para promoção da qualidade de vida do idoso. **Metodologia:** Trata – se de um estudo metodológico, do tipo relato

de experiência, elaborado por acadêmicos de enfermagem do 8º semestre durante a disciplina “Práticas integradas – Saúde do idoso” do curso de enfermagem, no período agosto de 2021, em Fortaleza – Ce. **Resultados e discussão:** O podcast com o titulo “Promoção da qualidade de vida do idoso” inicia com uma breve apresentação do que o podcast foi abordado, objetivo e apresentação dos autores, curso, disciplina e instituição em seguida, resultaram-se em quatro partes que abordam em quatros domínios: sono, alimentação saudável, sexualidade e exercício físico com duração de trinta e oito minutos e trinta e um segundo (38:31). **Considerações finais:** O estudo pôde contribuir positivamente para evidência científica na área de gerontologia, é de suma importância o profissional de enfermagem como educador que incentiva os idosos a ter hábitos saudáveis, ter conhecimentos sobre eles e além, mas que eles favorecem a qualidade de vida. O presente estudo possibilita uma futura aplicação desse material para a população idosa, e que contribuirá para futuros estudos sobre a qualidade de vida do idoso, que é de grande relevância na atuação profissional de enfermagem.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso. Enfermagem. Promoção.

CONSTRUCTION OF A PODCAST TO PROMOTE THE QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY: EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT: Introduction: The elderly is defined when the individual reaches the age of 60, regardless of their biological, psychological and

social status. **Objective:** To report the construction of a podcast to promote the quality of life of the elderly. **Methodology:** This is a methodological study, of the experience report type, prepared by nursing students of the 8th semester during the discipline “Integrated Practices - Health of the elderly” of the nursing course, in the period August 2021, in Fortaleza - Ce . **Results and discussion:** The podcast with the title “Promotion of the quality of life of the elderly” begins with a brief presentation of what the podcast was addressed, objective and presentation of the authors, course, discipline and institution, then resulted in four parts covering four domains: sleep, healthy eating, sexuality and physical exercise lasting thirty-eight minutes and thirty-one seconds (38:31). **Final considerations:** The study could contribute positively to scientific evidence in the area of gerontology, the nursing professional is of paramount importance as an educator who encourages the elderly to have healthy habits, to have knowledge about them and beyond, but that they favor the quality of life. The present study enables a future application of this material to the elderly population, which will contribute to future studies on the quality of life of the elderly, which is of great importance in the professional practice of nursing.

KEYWORDS: Elderly. Nursing. Promotion.

1 | INTRODUÇÃO

O idoso é definido quando o indivíduo chega aos 60 anos, independentemente de seu estado biológico, psicológico e social (SCHNEIDER, 2008). A faixa etária para considerar uma pessoa idosa é estabelecida conforme o nível socioeconômico de cada nação. Em países em desenvolvimento, é considerado idoso aquele que tem 60 ou mais anos de idade. Nos países desenvolvidos, a idade se estende para 65 anos (WHO, 2002).

Em 2050, a perspectiva de vida nos países desenvolvidos será de 87,5 anos para os homens e 92,5 para as mulheres. Já nos países em desenvolvimento, será de 82 anos para homens e 86 para mulheres, ou seja, 21 anos a mais do que os 62,1 e 65,2 atuais (BARNASKI, 2020).

No Brasil, a transição demográfica mostra que a partir de 1960 tem tido uma redução no crescimento da população, isto é as mulheres estão tendo menos filhos. E esse número nascimentos só tende a cair. Significando que a população esta cada vez mais velha. Temos e teremos cada vez mais, menos jovens/crianças e mais idosos (sendo no Brasil considerada a pessoa idosa com 60 anos) (MIRANDA, 2016).

A qualidade de vida é entendida a multidisciplinaridade do conhecimento por abranger diversas formas de ciência e o conhecimento da população, além dos conceitos que permeiam a vida das pessoas como um todo. Envolve inúmeros elementos do cotidiano do ser humano: desde a percepção e a expectativa subjetiva sobre a vida até questões como o enfrentamento de doenças e enfermidades (KAGAWA, 2015)

A avaliação da qualidade de vida deve ser fundamental na população idosa, devido séries de complicações que podem ocorrer no processo de saúde-doença, além de auxiliar o idoso no processo do envelhecimento, se adaptando a novos hábitos sociais, perdas

emocionais e físicas (CORRENTE 2010).

As doenças degenerativas (diabetes, hipertensão) acometidas em grande escala nessa faixa etária, ocasionam má qualidade de vida devida algumas incapacidades que podem ocorrer devido as patologias, desenvolvendo transtornos psicológicos, físicos e emocionais (CAMPOS, 2017).

O enfermeiro tem papel importante no processo de efetivação da promoção da saúde, já que o mesmo se encontra em constante contato com o público, podendo, dessa forma, reconhecer suas necessidades, e assim usar tecnologias adequadas para a qualificação da prática (SOUSA, et al., 2012).

A tecnologia é definida como o campo de conhecimento que faz referência ao desenho de artefatos e à planificação da sua realização, operação, ajuste, manutenção e monitoramento, à luz do conhecimento científico (LORENZETTI, 2012).

O podcast é um programa de compartilhamento de conteúdo, na forma de áudio, é possível criar conteúdo de diversos assuntos e destinados a vários públicos. Similar a um canal de rádio, sendo que gravado, permite aos ouvintes decidirem o tema e o horário que desejam ouvir (LENHARO e CRISTÓVÃO, 2016).

Diante, a temática que foi abordado anteriormente surgiu a pergunta norteadora: uma construção de uma tecnologia educativa para promoção da qualidade de vida para os idosos, pode transmitir orientações e conhecimentos para essa população? O interesse do presente estudo surgiu no decorrer da disciplina de Práticas Integradas a saúde do idoso

O objetivo é relatar a construção de podcast para promoção da qualidade de vida do idoso.

2 | METODOLOGIA

Trata – se de um estudo metodológico, do tipo relato de experiência, elaborado por acadêmicos de enfermagem do 8º semestre durante a disciplina “Práticas integradas – Saúde do idoso” do curso de enfermagem, no período agosto a novembro de 2021, em Fortaleza – Ce.

O estudo metodológico corresponde na construção, validação, e avaliação de tecnologia e técnicas de pesquisa que possam ser empregados pro outros pesquisadores. Sua finalidade é o desenvolvimento, implementação a validação e enriquecimento de instrumentos e planejamentos metodológicos (POLIT, BECK, HUNGLER, 2011).

Utilizou quatro roteiros que contem informação para melhorar a condição de saúde e orientações para ajudar essa população, construídos pelos os acadêmicos de enfermagem, sobre qualidade de sono, atividade sexual, exercício físicos e alimentação saudável para promoção da qualidade do idoso e construção do podcast.

A Construção do podcast ocorreu em cinco etapas com os integrantes da pesquisa. A primeira etapa da construção do podcast foi a decisão de quais variáveis que os autores

irá abordar que irá abordar o podcast que os autores decidiram abordar sono, alimentação, sexualidade e exercício físico.

Segunda etapa: à divisão das variáveis entre os autores para elaboração dos roteiros para o podcast.

Terceira etapa: a pesquisa e construção do roteiro que ocorreu na biblioteca virtual de saúde (BVS), livros e relato de experiência.

Quarta etapa: a gravação do áudio que foi com dois autores da pesquisa, um autor foi o entrevistador e o segundo foi o entrevistado.

Quinta etapa: a edição do áudio que foi no aplicativo Anchor.

Anchor é uma plataforma gratuita e fácil para pessoas fazerem sua criação de podcast, contendo ferramentas que permitem aos usuários gravar e editar áudio organizá-lo em episódios de podcast.

A edição das gravações ocorreu no aplicativo, colocando em ordem as gravações que ficou na seguinte ordem: Abertura, Sono, Alimentação saudável, Sexualidade e por fim Exercício físico, no aplicativo em seguida adicionou uma musica com o nome “Glass Beads” de fundo na abertura e nos intervalos de cada parte do episodio foi inserido um tom “A Litter Power”.

E no final da edição foi adicionada uma imagem da internet pesquisada pelos autores como capa do podcast que tem uns idosos felizes, foi feito uma descrição no podcast que contém nomes dos autores, objetivo e o que foi abordado no podcast, e seguida esse podcast foi publicado no próprio Aplicativo Anchor

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

O podcast com o titulo “Promoção da qualidade de vida do idoso” inicia com uma breve apresentação do que o podcast foi abordado, objetivo e apresentação dos autores, curso, disciplina e instituição em seguida resultou-se em quatro partes que abordam em quatros domínios: sono, alimentação saudável, sexualidade e exercício físico, com duração de trinta e oito minutos e trinta e um segundo (38:31).

Domínio 1: Um sono de qualidade!

Nessa parte foi relatado: o que é o sono, quantas horas de sono que precisamos ter por dia, explicar o que acontecer quando a pessoa dorme menos horas que é necessário por dia, explicar alguns hábitos que pode interferir no sono e no final sugere algumas medidas que pode estar melhorando o sono

O sono tem uma função fundamental nos processos de renovação necessários à vida, de forma a influenciar atividades biológicas dos indivíduos, variando desde consolidação da memória e termorregulação, até restauração do metabolismo energético cerebral (CARONE et al., 2020)

Domínio 2: Alimentação saudável

Nessa parte foi abordado: a importância de uma alimentação saudável, o que deve ser evitado, os benefícios de uma alimentação saudável, como tornar a alimentação saudável agradável e como funcionar a pirâmides alimentar do idoso.

A alimentação saudável é fundamental para manter a saúde e é indispensável para o sistema imunológico em excelentes condições e ajudando na prevenção de doenças cardiovasculares e obesidades (NUNES, 2020).

Domínio 3: Sexualidade

Nessa parte foi relatado: O que é vida sexual, a importância para se manter uma vida sexual saudável, perder a vergonha de falar sobre o assunto, como evitar que algo atrapalhe esse momento, sobre a importância das medidas de prevenção de IST's, quais são essas medidas de proteção e por final foi focado no jeito correto de como colocar o preservativo feminino e masculino.

A sexualidade do idoso é um assunto deixado em segundo plano por pesquisadores, sendo que a grande parte dos estudos acerca deste assunto são direcionados aos aspectos fisiológicos negativos da sexualidade na velhice (AGUIAR,2020). Deixando essa população vulnerável a IST's/ HIV sem conhecimento sobre os métodos de prevenção.

Domínio 4: Exercício físico

Nessa ultima parte foi abordado: a importância da pratica de exercício físico quais atividades físicas são recomendadas para os idosos, quais os benefícios da pratica de atividades físicas e como iniciar atividades físicas.

O idoso que tem a prática regular de exercício físico proporciona melhora de todos os sistemas do corpo humano, desde a capacidade cognitiva e funcional, a habilidades físicas. Os benefícios para o idoso como um todo, pois a melhora destes sistemas o capacitam a realizar da melhor forma as atividades diárias, e conseqüentemente os possibilitam a viverem com qualidade. (SILVA, 2021).

Diante dos quatro presentes domínios que foram abordados no podcast, sono, alimentação saudável, sexualidade e exercício físicos serviram para melhorar a qualidade de vida do idoso, visto que o envelhecimento interfere na qualidade de vida, portanto é importante o idoso tem conhecimentos sobre hábitos saudáveis para que possa ter qualidade de vida.

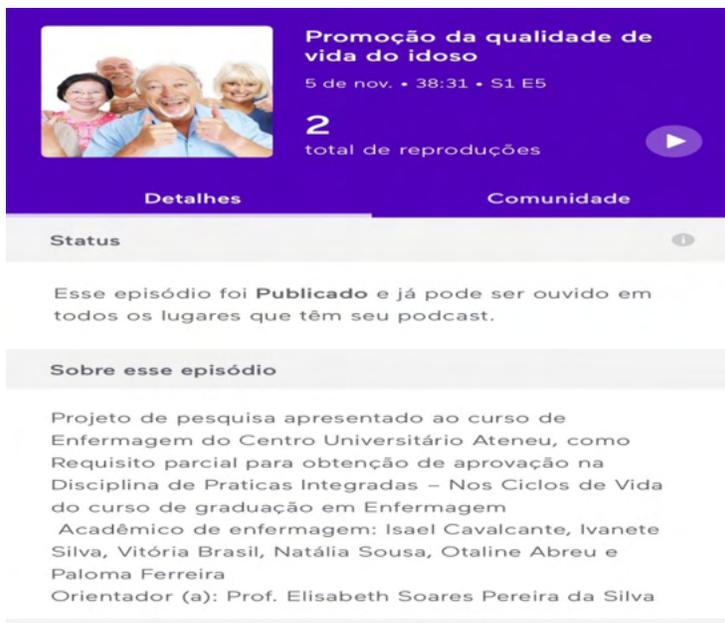


Figura 1: Podcast - Promoção da qualidade de vida do idoso

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante a experiência da construção de um podcats “Promoção da qualidade de vida do idoso” vivenciada pelos os autores demonstraram que o material tem uma contribuição valiosa para se torna um instrumento de educação em saúde. É importante criar, desenvolver e produzir um material de qualidade que alcance a promoção de hábitos saudáveis para a população idosa ou ate mesmo para os cuidadores ou familiares do idoso.

Conclui – se que este estudo pôde contribuir positivamente para evidência científica na área de gerontologia, é de suma importância o profissional de enfermagem como educador que incentiva os idosos a ter hábitos saudáveis, ter conhecimentos sobre eles e além, mas que eles favorecem a qualidade de vida. O presente estudo possibilita uma futura aplicação desse material para a população idosa, e que contribuirá para futuros estudos sobre a qualidade de vida do idoso, que é de grande relevância na atuação profissional de enfermagem.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, R. B. ; LEAL, MÁRCIA CARRERA CAMPOS ; MARQUES, A. P. O. ; TORRES, K. M. S. ; TAVARES, M. T. D. B. . Idosos vivendo com HIV - comportamento e conhecimento sobre sexualidade: revisão integrativa. **Ciencia & Saude Coletiva**, v. 25, p. 575-584, 2020

BARNASKI, MRO, DESSBESELL. CC, et, AL. O uso das tecnologias em tempos de pandemia pelos idosos. XXV Seminário interinstitucional de ensino, pesquisa e extensão. Cruz alta/RS. Novembro 2020

CARONE, C. M. M. et al. Fatores associados a distúrbios do sono em estudantes universitários. **Cadernos de Saúde Pública [online]**. v. 36, n. 3, 2020.

CAMPOS DE OLIVEIRA, BEATRIZ; MOREIRA BARBOSA, NAIANE; SAINT-CLAIR MATTIODA DE LIMA, MARINA; SILVA GUERRA, HELOÍSA; MAGNAS NEVES, CARLOS; BOAVENTURA AVELAR, JULIANA. Avaliação da qualidade de vida em idosos da comunidade **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, vol. 30, núm. 3, 2017, Julho-Setembro Universidade de Fortaleza Brasil

CORRENTE JE, MACHADO ABC. Avaliação da qualidade de vida da população idosa numa estância turística do interior do Estado de São Paulo: aplicação da escala de Flanagan. **Rev APS**. 2010;13(2):156-63.

KAGAWA, CARLOS ALEXANDRE; CORRENTE, JOSÉ EDUARDO . Análise da capacidade funcional em idosos do município de Avará-SP: fatores associados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, p. 577-586, 2015.

LENHARO, RAYANE ISADORA; CRISTOVÃO, VERA LÚCIA LOPES. Podcast, participação social e desenvolvimento. **Educ. rev., Belo Horizonte**, v. 32, n. 1, pág. 307-335, março de 2016.

LORENZETTI, J.; TRINDADE, L. L. ; PIRES, D. E. P. ; RAMOS, F. R. S. . Tecnologia, inovação tecnológica e saúde: uma reflexão necessária. **Texto & Contexto Enfermagem (UFSC. Impresso)**, v. 21, p. 432-439, 2012.

MIRANDA, GABRIELLA MORAIS DUARTE; MENDES, ANTONIO DA CRUZ GOUVEIA ; SILVA, ANA LUCIA ANDRADE DA . Envelhecimento populacional no Brasil: desafios sociais atuais e futuros e consequências. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, p. 507-519, 2016.

NUNES, ANA CRISTINA OLIVEIRA; ALVES, MARCOS RAFAEL ; CAVICHIOLI, FABIO ALEXANDRE . Estudo de viabilidade da implantação de uma loja de produtos naturais em taquaritinga/sp. **Interface tecnológica (são paulo)**, v. 17, p. 590-602, 2020.

POLIT D. F; BECK C. T. Fundamentos de Pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para as práticas da enfermagem. 7a ed. **Porto Alegre (RS): Artmed**; 2011.

SCHNEIDER, RODOLFO HERBERTO; IRIGARAY, TATIANA QUARTI . O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos de Psicologia (PUCCAMP. Impresso)**, v. 25, p. 585-593, 2008.

SILVA, GENIVALDA SANTOS ; DOS SANTOS, NÚBIA CECÍLIA DA CONCEIÇÃO ; BATISTA, THAIS DOS SANTOS ; DA CONCEIÇÃO, JAQUELINE SANTOS ; LIRA, CINTHIA RAVENA FIGUEIREDO ; MOURA, LUNA VITÓRIA CAJÉ . Impactos da prática de exercícios físicos na qualidade de vida da pessoa idosa: revisão integrativa. **REVISTA ELETRÔNICA ACERVO EM SAÚDE**, 2021.

SOUSA, C. P. M. et al. Uso de Tecnologias do Cuidar na Promoção da Saúde do Adolescente. **Crato, Ceará: Grupo de Pesquisa de Saúde Coletiva – GRUPESC/ URCA**, 2012.

WHO (2002) Active Ageing – A Policy Framework. A Contribution of the World Health Organization to the second United Nations World Assembly on Aging. Madrid, Spain, April, 2002.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Aconselhamento 47, 48, 67, 68, 206, 208

Adolescente 126, 206, 208, 223

Alimentação saudável 46, 47, 97, 120, 122, 123, 124, 167

Ansiedade 81, 82, 83, 84, 85, 88, 89, 90, 91, 92, 116, 228, 229, 231

Atenção primária 3, 112, 113, 114, 116, 119, 174, 176, 178, 180, 190

B

Bruxismo 83, 92

C

Câncer 12, 53, 54, 55, 56, 57, 60, 62, 63, 64, 132, 135, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181

Consulta de enfermagem na rua 200, 201, 205, 206, 210

Covid-19 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 24, 30, 71, 72, 73, 74, 75, 77, 78, 79, 80, 89, 91, 92, 152, 220, 221, 223, 224, 227, 229, 230, 232

Criança 8, 9, 27, 68, 206, 208

D

Diabetes mellitus 11, 42, 131, 135, 170

Doença 2, 11, 12, 15, 16, 17, 19, 21, 23, 55, 62, 67, 68, 69, 94, 95, 97, 98, 101, 104, 107, 108, 116, 121, 131, 132, 133, 135, 141, 142, 144, 149, 152, 172, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 183, 184, 185, 192, 194, 195, 196, 210, 215

Doenças crônicas não transmissíveis 116, 127, 129, 228

Dor 31, 33, 37, 54, 55, 56, 58, 60, 62, 64, 81, 82, 83, 84, 85, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 113, 116, 119, 218

E

Efeitos colaterais 176

Endemia 183, 185

Envelhecimento 2, 55, 93, 94, 95, 96, 97, 101, 102, 103, 105, 107, 109, 115, 116, 117, 121, 124, 126, 168, 179, 211, 220, 221, 231, 232

Equipe multiprofissional 175, 181

Estilo de vida 21, 25, 27, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 83, 93, 94, 127, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 135, 136, 206, 228

Estratégia da Saúde da Família 6, 180, 188, 196

Exercício físico 59, 61, 120, 123, 124, 131, 230

Expectativa de vida 127, 128, 129, 131, 133, 134, 136, 221

G

Ganho de peso 32, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

Gravidez 7, 8, 32, 41, 42, 46, 48, 69, 73

H

Health 1, 8, 9, 28, 29, 31, 39, 40, 49, 50, 51, 52, 63, 72, 79, 80, 82, 92, 93, 103, 104, 105, 106, 108, 113, 118, 121, 126, 128, 134, 136, 137, 138, 139, 140, 142, 143, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 174, 175, 181, 184, 198, 199, 200, 201, 221, 232

Hipertensão arterial sistêmica 11, 170

I

Idoso 107, 109, 110, 112, 113, 114, 115, 116, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 206, 208, 211, 222, 223, 226, 229, 230, 231, 232

Indicadores epidemiológicos 10, 70

Infecções sexualmente transmissíveis 66, 69, 73

M

Malária 141, 150, 152, 183, 184, 185, 186, 187, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199

Medicamentos 2, 7, 8, 68, 169, 170, 171, 172, 173, 181, 216, 218

Meio ambiente 140, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 153, 154, 203, 204

Miopia 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27

Morbidade 11, 20, 31, 37, 38, 135, 179, 183

Mortalidade 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 31, 32, 33, 34, 36, 38, 55, 73, 94, 98, 99, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 138, 179, 197, 229

Mulher 32, 33, 37, 38, 41, 42, 47, 48, 49, 58, 67, 71, 72, 73, 74, 75, 77, 78, 79, 80, 92, 104, 206, 208, 217

O

One Health 140, 142, 143, 150, 152, 153, 154

Orientação 12, 13, 69, 77, 169, 170, 171, 172, 206, 207, 208, 209, 213, 216

P

Pandemia 10, 11, 16, 18, 24, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 89, 125, 143, 148, 150, 230

Podcast 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126

Políticas públicas 78, 95, 109, 111, 112, 117, 141, 146, 151, 174, 195, 222, 232

População 2, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 15, 16, 19, 23, 25, 27, 31, 32, 33, 38, 39, 66, 69, 75, 84, 88, 89, 94, 95, 97, 100, 103, 107, 109, 111, 112, 113, 115, 116, 118, 120, 121, 122, 124, 125, 126, 127, 129, 133, 134, 135, 138, 143, 146, 172, 173, 174, 179, 180, 185, 186, 187, 189, 191, 197, 201, 210, 220, 221, 222, 223, 227, 228, 229, 230, 231

Profissionais de saúde 42, 46, 67, 77, 78, 79, 82, 93, 96, 97, 100, 101, 102, 113, 174, 175, 176, 209

Promoção da saúde 1, 2, 7, 21, 66, 69, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 101, 102, 104, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 116, 117, 122, 126, 127, 146, 167, 179, 227

Q

Qualidade de vida 1, 2, 6, 7, 32, 33, 37, 38, 46, 53, 54, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 69, 83, 89, 92, 95, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 142, 145, 146, 170, 172, 210, 218, 226, 227, 228, 231

R

Rede de atenção básica 206, 208

Religião 127, 128, 129, 134, 214

S

Saúde da mulher 47, 49, 67, 206, 208

Saúde mental 73, 89, 90, 114, 119, 206, 208, 220, 223, 224, 227, 229, 230, 231

Saúde pública 2, 2, 3, 4, 9, 11, 21, 27, 39, 63, 66, 71, 72, 75, 90, 95, 103, 104, 105, 107, 108, 117, 118, 126, 143, 145, 149, 151, 152, 167, 168, 169, 181, 184, 195, 197, 198, 199, 221, 232, 233

Serviços de saúde 2, 4, 76, 78, 98, 100, 107, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 116, 118, 143, 144, 180, 183, 185, 188, 191, 195, 197, 198, 199, 210, 211, 230

Sistema único de saúde 2, 2, 3, 9, 31, 34, 66, 72, 74, 113, 147, 172, 174, 175, 176, 178, 179, 180, 181, 195, 210, 232

U

Unidade Básica de Saúde 200, 201

V

Vigilância em saúde 4, 9, 146, 147, 183, 187, 190, 195

Violência sexual 77, 79



PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA 3

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 @atenaeditora

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br



PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA 3

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 @atenaeditora

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br