



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE
6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

- 1) Título da Experiência: Projeto 60+ - Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável
- 2) Tema: Envelhecimento Saudável
- 3) Início da Experiência: Agosto/2024
- 4) Eixo temático: Promoção em Saúde
- 5) Dados dos Autores:

CPF: 439.455.148-00
Nome completo: Maria Angélica Andreotti Diniz
Email: maria.angelicadiniz@gmail.com
Telefone: (17) 99639-2076
Instituição: Gerontóloga - Associação Mahatma Gandhi

CPF: 347.416.268-30
Nome: Marcela Parente Bertin Monteiro
Email: marcela.monteiro@mgandhi.com.br
Tel: (17) 99105-3554
Instituição: Gerente de Especialização Técnica - Associação Mahatma Gandhi

Dados dos Autores: CPF: 390.112.578-71
Nome Completo: Mariana Mendonça Alves Pansa
Email: mariana.mendonca@mgandhi.com.br
Telefone: (17) 98114-3835
Instituição: Coordenadora Técnica - Associação Mahatma Gandhi

Dados dos Autores: CPF: 337.646.078-74
Nome Completo: Tiago Aparecido da Silva
Email: ti.aps@hotmail.com
Telefone: (17) 99788-3534
Instituição: UNIFIPA - Centro Universitário Padre Albino

- 6) Dados do Trabalho

Unidade: Sede Administrativa

Endereço: Rua Aracajú, 597

Telefone: (17) 3524-9070

Celular:



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

e-mail: contabilidade@mgandhi.com.br

Autor (es) (Nome completo sem abreviar): Maria Angélica Andreotti Diniz; Marcela Parente Bertin Monteiro; Mariana Mendonça Alves Pansa; Tiago Aparecido da Silva.

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA (1500 caracteres):

O Brasil enfrenta uma acelerada transição demográfica, com o envelhecimento populacional impulsionado pela queda na taxa de fecundidade e aumento da expectativa de vida, que ultrapassa 75 anos. Até 2060, espera-se que idosos representem 25,5% da população, pressionando áreas como saúde, previdência e mercado de trabalho (Organização Mundial da Saúde, 2021). Em Catanduva (SP), 19,22% dos habitantes têm 60 anos ou mais, prevalecendo doenças crônicas como hipertensão e diabetes (Seade, 2023). O SUS enfrenta o desafio de promover envelhecimento saudável, com programas como a "Estratégia Saúde da Família" e iniciativas globais como a "Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030)" (Chiarelli e Batistoni, 2022; Fontes e Freitas, 2024). Devido ao crescente aumento da população e à necessidade de atividades de promoção à saúde para a população idosa, o "Projeto 60+" buscou integrar ações de autocuidado, estimulação cognitiva e exercício físico, destacando a importância de estratégias coletivas baseadas em educação e empoderamento para atender às necessidades da crescente população idosa na cidade de Catanduva. Dividido em 5 distritos populacionais, o projeto contou com uma média de 53,46 participantes semanalmente, com idade média de 68,78 anos.

OBJETIVO (s) (1000 caracteres):



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

- Desenvolver um programa de promoção à saúde para grupos de pessoas idosas acompanhadas pela Atenção Primária à Saúde (APS);
- Promover atividades de promoção à saúde junto à equipe multidisciplinar dentro da APS e, assim, fortalecer o vínculo entre paciente e equipe;
- Realizar oficinas educativas para fomentar a integração entre as pessoas idosas, esclarecer dúvidas e ampliar o conhecimento dos participantes sobre vida ativa e saudável;
- Conscientizar a população participante acerca dos programas e serviços oferecidos pela rede de atenção na cidade de Catanduva/SP.

METODOLOGIA (1500 caracteres):

O projeto foi realizado entre 1º de agosto a 20 de dezembro de 2024, abrangendo os cinco distritos. Os Distritos 1, 3 e 5 tiveram 16 encontros, enquanto os Distritos 2 e 4 tiveram 19 encontros. As atividades foram organizadas em quatro temas principais: **a) Nutrição, Saúde e Envelhecimento**, **b) Autocuidado**, **c) Oficina da Memória** e **d) Fortalecimento Muscular e Prevenção de Quedas**, promovendo práticas baseadas em evidências. O tema **a)** iniciou com a Dinâmica da Teia, focada na criação de vínculos, e seguiu com uma palestra sobre alimentação saudável, sob responsabilidade das nutricionistas vinculadas à Equipe Multidisciplinar (E-Multi). O tema **b)** incluiu sete encontros voltados à educação em saúde, sobre os tópicos: higiene corporal e bucal, organização de medicamentos, processo de envelhecimento, casa segura da pessoa idosa, saúde mental e serviços sociais, conduzidos por profissionais da equipe E-Multi, como enfermeiros, dentistas, farmacêuticos, psicólogos e assistentes sociais. Já o tema **c)** teve quatro encontros, destacando exercícios cognitivos e musicoterapia, com o acompanhamento da gerontóloga e musicoterapeuta, vinculada ao Programa Academia



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

da Saúde. O tema **d**) contou com sete atividades voltadas ao fortalecimento muscular e dança, ministradas por fisioterapeutas (E-Multi), educadores físicos e dançarinos (Programa Academia da Saúde). O projeto reforçou a promoção de saúde, proporcionando momentos de aprendizagem, interação social e fortalecimento físico e emocional.

RESULTADO (s) (1500 caracteres):

O projeto contou com uma média de 53,46 participantes totais, semanalmente, com idade média de 68,78 anos. No último encontro do grupo, foi realizada uma autoavaliação com 37 participantes, contendo cinco questões fechadas e uma dissertativa. A avaliação incluía nome, unidade de saúde e idade. A primeira questão consistia em: “De modo geral, você considera sua saúde: Muito boa, Boa, Regular, Ruim ou Muito Ruim”. Dos 37 participantes, 46% relataram autopercepção de saúde como “BOA”, 32% como “REGULAR”, 14% como “MUITO BOA” e 8% como “RUIM”. A segunda questão perguntava: “Você considera que o PROJETO 60+ auxiliou a melhorar sua saúde?”, com respostas: “MELHOROU”, “CONTINUOU IGUAL”, “PIOROU”. Um total de 86,49% relatou melhora na saúde. Na terceira questão, sobre a nota do projeto (de 1 a 10), 89% deram nota 10, 8% nota 9 e 3% nota 8. As últimas duas questões abordaram sugestões sobre melhorias e atividades a serem mantidas, variando entre distritos, e não foram detalhadas neste trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS (1250 caracteres):

O Projeto 60+ demonstrou ser uma iniciativa eficaz para a promoção da saúde e qualidade de vida da população idosa de Catanduva (SP). Com atividades distribuídas



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

em quatro pilares—Nutrição, Autocuidado, Oficina da Memória e Fortalecimento Muscular—, o programa proporcionou estímulos físicos, cognitivos e sociais, reforçando a importância de práticas baseadas em evidências. A participação semanal média de 53,46 idosos, com idade média de 68,78 anos, evidenciou o engajamento e a relevância das ações propostas. A avaliação final revelou percepções positivas, com 86,49% dos participantes relatando melhora na saúde e 89% atribuindo nota 10 ao projeto. Esses resultados destacam o impacto positivo das atividades na autoestima, integração social e fortalecimento do vínculo com a equipe de saúde. Assim, o projeto cumpre seu papel na promoção do envelhecimento saudável, servindo como modelo para políticas públicas voltadas à atenção primária e ao cuidado integral da pessoa idosa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

CHIARELLI, T. M.; BATISTONI, S. S. T. Trajetória das Políticas Públicas Brasileiras para pessoas idosas frente a Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030).

Revista Kairós-Gerontologia, v. 25, n. 1, p. 93-114, 2022.

FONTES, A. P.; FREITAS, D. C. C. V. Articulações entre o Global Report on Ageism (WHO, 2021) e o documentário a década do envelhecimento saudável (2021-2030). **Oikos: Família e Sociedade em Debate**, v. 35, n. 2, 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Global report on ageism**.

Geneva: WHO, 2021.

SEADE. **Perfil dos Municípios Paulistas – Catanduva-SP**, 2023.



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

ANEXO 2 - ORIENTAÇÕES PARA PREENCHIMENTO DO ANEXO 1

TÍTULO:

- O título é a primeira credencial do trabalho a ser apresentado. Importante que seja claro, conciso e que informe o objeto/tema da experiência. O título poderá conter até 250 caracteres (com espaços).

TEMA:

- O tema é algo mais abrangente e consiste no assunto que deverá ser explorado ao longo da abordagem.

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA:

- Esse item deve conter um breve enunciado sobre a questão/problema que a experiência abordou, a caracterização do mesmo (incluir local, período e população alvo) e a motivação que fez com que fosse abordado no projeto. O texto poderá conter até 1500 caracteres (com espaços).

OBJETIVOS:

- Objetivo geral: enunciado curto, no infinitivo, que dialoga/responde à questão central do projeto e representa o ponto de partida para todo o planejamento da experiência. Objetivos específicos, se for o caso, devem dialogar com as questões acessórias do projeto, sejam desagregações do objetivo central da experiência ou contribuições potenciais da experiência (por quê? para quê? da pesquisa). Deve conter até 1000 caracteres (com espaços).

METODOLOGIA:

- Apresenta de forma clara e concisa a estratégia institucional, o desenho e as fontes, instrumentos e recursos utilizados na experiência. Texto com até 1500 caracteres (com espaços).

RESULTADOS:

- Apresenta os principais resultados da experiência. Texto com até 1500 caracteres, com espaço, sem inserir tabelas, gráficos ou gravuras)



VI SIMPÓSIO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

6ª Mostra de Experiências Exitosas do município de Catanduva | SP - Dr. Carlos Roberto Surian

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

- O texto final deve fazer uma síntese que responda aos objetivos da experiência e recomendações. Texto com até 1250 caracteres, com espaço.