



**Título: ATIVIDADE EDUCATIVA SOBRE QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO**

Laura Ligiana Dias Szerwieski, Lucia Elaine Ranieri Cortez

Centro Universitário de Maringá - UniCesumar, Maringá, PR, Brasil.

E-mail: [lucia.cortez@unicesumar.edu.br](mailto:lucia.cortez@unicesumar.edu.br).

**Introdução:** Atualmente tem ocorrido em escala mundial o envelhecimento populacional, sendo considerado um marco das sociedades atuais e suscitado em inúmeros desafios desde a política até a saúde. Esse aumento da expectativa de vida da população, traz o desafio de manter os idosos ativos, manter a capacidade cognitiva, e melhorar o estilo e a qualidade de vida a medida que envelhecem. Diante deste novo paradigma apresentado pelas pesquisas científicas sobre o aumento populacional de idosos e o comprometimento cognitivo, a busca por um melhor estilo e qualidade de vida surge como um desafio, a fim de minimizar fatores negativos e prolongar a perda da capacidade cognitiva. Assim, este estudo tem por objetivo apresentar uma Atividade Educativa realizada com os Idosos de um município do Oeste do Paraná. **Método:** Foi realizado com a equipe de saúde palestras a 252 idosos do município de Itaipulândia, PR, que participaram de um estudo que avaliou o uso de plantas medicinais, bem como o estilo e qualidade de vida dos mesmos. Este estudo seguiu os preceitos éticos em Pesquisa envolvendo seres humanos estabelecidos pela Resolução 466/2012. **Resultados:** As palestras contemplaram o "Dia da promoção da saúde e da qualidade de vida" para os idosos de Itaipulândia. A pesquisadora principal realizou uma palestra abordando os resultados da pesquisa, enfatizando sobre o envelhecimento populacional e como tem repercutido no município em estudo. Destacando que mais de 70% da população em estudo fazem uso de plantas medicinais, porém salientou que mais de 60% da amostra apresentou escores desfavoráveis no Mini Exame do estado mental, refletindo assim déficit cognitivo, destacando que este teste sofre a influencia da escolaridade e que 90% dos idosos possuem até quatro anos de estudo. Destacou que mesmo possuindo fatores negativos, como baixa escolaridade e classe econômica D-E ainda possuem uma boa qualidade de vida. O encontro ainda promoveu um coffe-break com frutas, suco natural e ofertou uma variedade de chás medicinais para os idosos degustarem durante a programação, com plaquinhas explicativas sobre a finalidade de cada planta medicinal e o nome científico. Desse modo, a pesquisadora enfatizou a necessidade de conhecer as plantas medicinais, as interações que elas podem causar com remédios de farmácia, assim como a importância da dosagem correta minimizando os casos de toxicidade. **Considerações finais:** Esse estudo enfoca a necessidade de atividades educativas com idosos, apresentando os resultados de uma pesquisa de campo e discutindo sobre o envelhecimento populacional, capacidade cognitiva estilo e qualidade de vida. Salientando a importância do profissional que atua na atenção primária ser um promotor da saúde, incentivando os idosos a

realizar mudanças no estilo de vida, fazer uso de estratégias que melhorem a capacidade cognitiva e a qualidade de vida.

**Palavras-chaves:** Idoso; Assistência Integral à Saúde; Qualidade de Vida; Promoção da Saúde.