

OFICINA VIAGEM AO CORPO HUMANO PARA A TERCEIRA IDADE

Valentim, I.M.^{1*}; Reis, I.B.¹; Cardoso, P.C.O.F.¹; Faria, E.F.¹; Marques, K.V.²

¹Acadêmicas Curso de Medicina, ²Professora do Curso de Medicina, Universidade Federal do Tocantins, Palmas

E-mail: martins.isabele@yahoo.com.br

Objetivos: O Censo 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) confirmou a tendência de envelhecimento da população brasileira, fruto da redução da taxa de fecundidade e do aumento da expectativa de vida. Atenta a essa crescente demanda de idosos, a Oficina Viagem ao Corpo Humano buscou proporcionar às pessoas na terceira idade da cidade de Palmas-TO, um conhecimento mais amplo de sua estrutura corpórea relacionadas ao processo de envelhecimento. Assim, a presente oficina teve o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos idosos que dela participaram, além de inseri-los na comunidade universitária. Esse trabalho foi feito através de palestras, aulas práticas de Anatomia Humana e exposição teatral dos conteúdos anatômicos ministrados. Metodologia: No segundo semestre do ano letivo de 2010 foram realizadas, na Universidade Federal do Tocantins (UFT) campus de Palmas, as atividades da Oficina Viagem ao Corpo Humano voltadas para 73 pessoas entre 50 e 86 anos de idade. As atividades foram ministradas por 14 palestrantes (acadêmicos e professores do Curso de medicina da UFT). As ações propostas foram efetuadas por meio da exposição de 8 (oito) temas diferentes, desenvolvidos durante 8 semanas, distribuídos nos seguintes sistemas: 1) Ósseo e Osteoporose; 2) Articular e Envelhecimento; 3) Muscular Aplicado ao Envelhecimento Humano; 4) Respiratório e Disfunções no Envelhecimento; 5) Circulatório e Hipertensão Arterial; 6) Digestório; 7) Urogenital e 8) Neural e Envelhecimento. A principal forma escolhida para repassar esses temas foi através de aulas expositivas compostas por 30 minutos de conteúdo teórico e 50 minutos de atividades práticas desenvolvidas no laboratório de Anatomia Humana da UFT. Na aula de encerramento, os participantes realizaram atividades lúdicas para compartilharem o conhecimento adquirido no decorrer das oito semanas e responderam um questionário relativo às seguintes questões: 1) Temas das palestras; 2) Esclarecimento dos palestrantes; 3) Tempo de cada aula; 4) Organização do evento e 5) Observações pessoais, a fim de avaliar as atividades desse projeto. Resultados: O principal resultado obtido com essa oficina foi a criação de espaços coletivos para discussão de temas relativos ao envelhecimento através da interação entre a universidade e a população idosa palmense. Por meio da avaliação dos questionários respondidos pelos participantes, percebeu-se que em relação aos temas das palestras, 69,9% dos participantes classificaram a escolha dos temas como ótimo e 30,1% classificaram a abordagens do tema como bons. Quanto ao esclarecimento dos palestrantes 61,65% dos participantes acharam o tema ótimo e 38,35% bom; no quesito tempo de cada seminário, 84,94% classificaram o tempo como suficiente, 13,69% insuficiente e 1,37% não opinaram. Conclusões: O trabalho realizado foi importante para ampliação dos conhecimentos na área de anatomia humana voltada à população idosa. Com a oficina houve uma enriquecedora troca de conhecimento científico e empírico entre acadêmicos, docentes e população idosa. Além disso, os idosos participantes da oficina ampliaram a compreensão da anatomia do seu corpo, das alterações e das patologias decorrentes do processo de envelhecimento, assim como adquiriram mais conhecimento para buscarem um envelhecimento saudável e, portanto, uma melhor qualidade de vida na terceira idade. Essa experiência evidencia que a anatomia humana é uma forte aliada na promoção de saúde.

JOURNEY TO THE HUMAN BODY FOR THE ELDERLY WORKSHOP

Objectives: The 2010 Census of the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE) confirmed the trend of an aging Brazilian population, because of reductions in the fertility rate and increasing life expectancy. Aware of this growing demand by the elderly, the Journey to the Human Body Workshop sought to provide the seniors of the city of Palmas, Tocantins, a broader knowledge of their body structure related to the aging process. Thus, this workshop aimed to improve the quality of life for seniors who participated, and insert them in the university community. This was done through lectures, practical classes in Anatomy and theatrical exhibition of anatomical content ministered. Methodology: In the second semester of the academic year 2010 were held at the Federal University of Tocantins (UFT) campus Palmas, the activities of the Journey to the Human Body Workshop aimed at 73 people aged between 50 and 86 years of age. The activities were given by 14 speakers (academics and professors of medicine at the UFT). The proposed actions were performed by exposure of 8 (eight) different themes, developed during eight weeks, divided into the following systems: 1) Osteoporosis and Bone, 2) articulate and Aging, 3) Muscular Applied to Human Aging, 4) Respiratory and Disorders in Aging, 5) Cardiovascular and Hypertension, 6) Digestive, 7) and Urogenital 8) Neural and Aging. The main way chosen to pass on these topics by lecture was composed of 30 minutes of theoretical content and 50 minutes hands-on activities developed in the laboratory of Human Anatomy of the UFT. In the closing lecture, the participants engaged in recreational activities to share the knowledge acquired in the course of eight weeks, and answered a questionnaire on the following questions: 1) Themes of lectures, 2) Clarification of the speakers, and 3) Time of each class, 4) organizing the event and 5) Personal observations in order to evaluate the activities of this project. Results: The main results obtained from this workshop was the creation of collective spaces for discussion of issues related to aging through the interaction between the university and the elderly population of Palmas. Through the evaluation of questionnaires completed by participants, it was noted that in relation to the themes of the lectures, 69.9% of participants rated as an excellent choice of subjects and 30.1% rated as good approaches to the issue. The clarification of the speakers 61.65% of participants found the theme great and 38.35% good, in the question time of each seminar, 84.94% rated the time as sufficient, 13.69% and 1.37% not enough opined. Conclusions: The work was important in advancing knowledge of human anatomy in the area facing the elderly population. With the workshop there was an enriching exchange of scientific and empirical knowledge between academics, teachers and the elderly. In addition, the elderly participants of the workshop broadened the understanding of the anatomy of their body changes and pathologies resulting from the aging process, and gained more knowledge to pursue a healthy and therefore a better quality of life in old age. This experience demonstrates that the human anatomy is a strong ally in promoting health.