

## **A PERCEÇÃO DO ENVELHECIMENTO E BEM-ESTAR DOS PARTICIPANTES DA UNIVERSIDADE ABERTA A MELHOR IDADE DA UEMS**

<sup>1</sup>OLIVEIRA, K. M.([macedo.karine@hotmail.com](mailto:macedo.karine@hotmail.com)); <sup>2</sup>ALVARENGA, M. R. M.([marciaregina@uems.br](mailto:marciaregina@uems.br))

<sup>1</sup>Aluna do Curso de Enfermagem-UEMS; <sup>2</sup>Professora do Curso de Enfermagem-UEMS.

O envelhecimento é um processo natural, gradativo e contínuo que se inicia com o nascimento do indivíduo, transcorrendo por todas as fases da vida. O envelhecer está associado diretamente com a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis que diminuem a qualidade de vida da pessoa idosa. A promoção de saúde visa melhorar as condições de saúde, desse modo, aumentando a expectativa de vida. Essas ações resultam nas combinações de iniciativas do Estado (políticas públicas), ações comunitárias e do próprio indivíduo, agindo conjuntamente no desenvolvimento de habilidades e intervenções. Na perspectiva de promoção de saúde, apresenta como interface, a educação e saúde, tendo como objetivo a melhoria da autoestima, diminuindo a alienação a respeito do envelhecimento e incrementando os conhecimentos. A Universidade Aberta a Melhor Idade (UNAMI) é um projeto de extensão com intuito de promover a saúde e bem-estar psicológico e convívio social aos indivíduos idosos. O Objetivo deste trabalho foi conhecer o perfil social e descrever a percepção dos alunos da UNAMI da UEMS acerca do processo de envelhecimento, considerando o bem-estar e saúde. Foi realizada a análise das fichas de inscrições. A percepção acerca do processo de envelhecimento aconteceu através de uma dinâmica, desenvolvida em uma ação educativa realizada pela bolsista de extensão projeto, onde os idosos desenharam um dia marcante na vida de cada um. A partir dos resultados dos desenhos, os alunos foram questionados sobre o conceito de bem-estar. Foram analisadas 32 fichas de inscrições e 71,8% são do sexo feminino e 28,2% masculino. Estado civil, 12,6% são solteiros, 53,1% casados, 9,3% divorciados e 25,0% viúvos. Escolaridade: 6,2% têm o ensino fundamental completo, 25,0% têm o ensino fundamental incompleto, 21,9% com ensino médio completo, 37,5% têm ensino superior e 9,4% não responderam. O arranjo familiar, 68,8% moram acompanhados, 18,7% sozinhos e 12,5% não responderam. Ocupação atual, 68,7% são aposentados, 28,1% trabalham e 3,2% não responderam. Com relação à participação de grupos da terceira idade, 31,3% disseram sim e 68,7% não. As experiências como; casamento, família, nascimento dos filhos e momentos da infância foram as principais percepções sobre o envelhecimento relatadas pelos idosos. Já o conceito de bem-estar para os idosos estão relacionadas as necessidades básicas humanas, ou seja, saúde, alimentação, repouso, atividade física e lazer. As experiências marcantes em cada fase vida demonstram a passagem do tempo, sendo assim o envelhecimento. Conclui-se que o bem-estar do idoso está relacionado com a funcionalidade do indivíduo no decorrer do envelhecimento, a autonomia e independência são resultantes do envelhecimento bem sucedido.

**Palavras-chave:** Processo de envelhecimento. Promoção da saúde. Idoso.