



Revista de APS

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/index>



Educação em saúde para idosos de um grupo de terceira idade em Governador Valadares: enfoque no uso racional de medicamentos

Health education for a group of elderly in Governador Valadares: focus on the rational use of medicines

Karen de Toledo Morais¹, Sabrina Stefany da Silva Souza², Clarice Lima Álvares da Silva³, Thiago Vinicius Ávila⁴, Gabriella Freitas Ferreira⁵, Patrícia Aparecida Baumgratz de Paula⁶, Liliana Batista Vieira⁷, Ana Leticia Alessandri⁸

RESUMO

Os idosos frequentemente apresentam doenças que requerem a administração de vários medicamentos. A ampla utilização da farmacoterapia contribui para o aparecimento de problemas relacionados ao uso de medicamentos na população idosa. O objetivo deste trabalho é relatar as atividades de educação em saúde, com enfoque no uso racional de medicamentos, desenvolvidas com o grupo de idosos do Serviço Social do Comércio (SESC) de Governador Valadares. As intervenções foram conduzidas por docentes e discentes do Núcleo de Estudos da Pessoa Idosa (NEPI) da Universidade Federal de Juiz de Fora *campus* Governador Valadares. Foram realizados jogos de tabuleiro, feiras, oficinas e rodas de conversa. Acredita-se que a experiência promoveu impacto positivo no conhecimento dos idosos contribuindo para melhorar a qualidade de vida desta crescente parcela da população, influenciando ainda na formação dos estudantes, tornando-os mais conscientes sobre as questões relacionadas ao envelhecimento.

¹ Graduanda em Medicina. Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

² Graduanda em Medicina. Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

³ Docente do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

⁴ Docente do Departamento de Ciências Básicas da Vida da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

⁵ Docente do Departamento de Farmácia da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

⁶ Docente do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

⁷ Docente do Departamento de Farmácia da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares.

⁸ Docente do Departamento de Ciências Básicas da Vida da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares. E-mail: ana.alessandri@ufjf.edu.br

PALAVRAS-CHAVE: Idoso. Uso de medicamentos. Promoção da saúde.

ABSTRACT

Elderly people often have diseases that require the administration of various medicines. The widespread use of pharmacotherapy contributes to the emergence of drug-related problems in the elderly population. The aim of this study is to report on health education activities, focused on the rational use of medicines, developed with the group of elderly people from Social Service of Commerce (SESC) of Governador Valadares. The interventions were conducted by lecturers and students from the Center for the Study of the Elderly Person (NEPI) of the Federal University of Juiz de Fora, Governador Valadares campus. Board games, fairs, workshops and conversation circles were held. It is believed that the experience had a positive impact on the knowledge of the elderly, contributing to improve the quality of life of this growing part of the population, also influencing the training of students, making them more aware of issues related to aging.

KEYWORDS: Aged. Drug utilization. Health promotion.

INTRODUÇÃO

As transições demográficas e epidemiológicas influenciaram diretamente o uso de medicamentos pela sociedade nos últimos anos, principalmente na parcela idosa da população. O medicamento é um recurso terapêutico amplamente empregado no cuidado ao idoso, com impacto significativo na redução da morbimortalidade e com importante contribuição para a melhoria da qualidade de vida¹. Paradoxalmente, o medicamento também está associado a eventos adversos que podem determinar internações hospitalares, comprometimento da funcionalidade e da autonomia, assim como aumento de custos assistenciais para o sistema de saúde^{1,2}.

Os estudos epidemiológicos de base populacional sobre o uso de medicamentos realizados em diferentes regiões do Brasil demonstraram que a prevalência de utilização de medicamentos por idosos é elevada, variando de 72,3% a 85,5%, sendo o maior consumo feito por mulheres¹. Quanto às classes terapêuticas mais prescritas aos idosos, destacam-se os medicamentos que atuam no sistema cardiovascular, no sistema nervoso, no trato gastrointestinal e metabolismo³.

Essa alta prevalência de utilização de medicamentos desperta preocupação, uma vez que as modificações que ocorrem naturalmente no organismo com o aumento da idade podem influenciar a farmacodinâmica e a farmacocinética dos fármacos. Entre as alterações podemos incluir diminuição da massa muscular, diminuição da água corporal e comprometimento da capacidade de depuração renal. Em virtude desses fatores fisiológicos, pode haver uma dificuldade de eliminação de fármacos, resultando num acúmulo de substâncias ativas no organismo e, conseqüentemente, efeitos adversos mais robustos^{2,4}. Fatores associados ao envelhecimento, como

comprometimento da capacidade de compreensão e memória, prejuízos de visão e audição, atitudes culturais e dificuldades motoras para retirar os medicamentos dos recipientes, comprometem a adesão a esquemas posológicos e contribuem para o uso irracional de medicamentos⁵.

Segundo a Política Nacional de Medicamentos (1988), o uso racional de medicamentos requer que seja prescrito o medicamento apropriado, que ele esteja disponível no momento oportuno e a um preço acessível, que seja dispensado corretamente e que seja tomado no tempo certo, no intervalo certo e pelo tempo certo, devendo ser, também, eficaz, de qualidade aceitável e seguro⁶. Essa prática é importante principalmente para a população idosa, grande consumidora de medicamentos. Alguns fatores como polifarmácia e automedicação contribuem para o uso irracional de medicamentos, conforme descrito abaixo.

O risco de reações adversas aos fármacos, interações fármaco-fármaco e falta de adesão aumenta geometricamente de acordo com o número de fármacos prescritos e com a gravidade da fragilidade do paciente^{7,8}. Essa afirmação é preocupante, uma vez que a polifarmácia é uma prática comum entre idosos^{1,8,9}. A polifarmácia pode ser definida como o uso de cinco ou mais medicamentos. Em relação à polifarmácia no idoso, tem sido sugerido o termo polifarmácia excessiva para referir ao uso de dez ou mais medicamentos¹. Além dos aspectos deletérios supracitados, observa-se que aqueles indivíduos que fazem uso de muitos fármacos têm maior chance de enfrentar dificuldades financeiras, o que os predispõe a limitar o acesso aos hábitos que melhoram a qualidade de vida, incluindo alimentação saudável e prática de exercícios em academia de ginástica¹⁰.

A automedicação é definida como o uso de medicamento sem prescrição, orientação e/ou o acompanhamento do médico ou dentista⁶ e é uma prática que também favorece o uso irracional de medicamentos. Na verdade, os fármacos não são isentos de riscos para os idosos (bem como para todos os grupos etários) e podem mascarar ou mesmo agravar as condições patológicas se utilizados sem orientação e/ou acompanhamento profissional¹¹. O perfil de hábitos de consumo de medicamentos, com enfoque na automedicação, foi destacado em estudo de Duarte e colaboradores, que entrevistaram 214 idosos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) e de plano de saúde no município de Sorocaba. Os autores não encontraram diferenças significativas entre os grupos de idosos quanto à prática de automedicação, bem como nas formas de automedicação adotadas. Adicionalmente, os hábitos de reutilizar prescrições antigas, compartilhar os medicamentos com outros membros da família e utilizar sobras de medicamentos foram as práticas mais frequentes entre os dois grupos entrevistados. Os autores também ponderam que os idosos usuários do SUS, devido à renda e escolaridade inferiores, são potencialmente mais vulneráveis aos riscos da automedicação e requerem atenção especial dos profissionais de saúde¹².

Se por um lado a farmacoterapia do idoso pode ser complicada por prescrições inapropriadas, cuja responsabilidade recai, sobretudo, à equipe de saúde, a automedicação e a ausência de uma educação para o uso racional de medicamentos constituem fatores mutáveis com grande impacto sobre a segurança e eficácia de fármacos. Nesse contexto, intervenções educativas podem identificar e prevenir os problemas relacionados ao medicamento, que se referem a qualquer afastamento dos parâmetros de conformidade e no ciclo do medicamento que possam trazer risco ao usuário, e as reações adversas ao medicamento, que se referem ao dano causado por uso do medicamento ou por uso inadequado do medicamento¹³⁻¹⁵.

O objetivo deste estudo é relatar a experiência vivenciada com um grupo de apoio à terceira idade sobre atividades educativas voltadas para promoção do uso racional de medicamentos, contribuindo para a farmacoterapia mais eficaz e segura.

DESENVOLVIMENTO

Procedimentos metodológicos

Trata-se de um relato de experiência, construído a partir da vivência de atividades desenvolvidas com um grupo de apoio à terceira idade do Serviço Social do Comércio (SESC) de Governador Valadares/Minas Gerais entre os anos 2014 e 2016. O grupo era composto por indivíduos acima dos 60 anos de ambos os gêneros

O presente relato desdobra-se do projeto “Uso Racional de Medicamentos” pertencente ao programa “Atenção Preventiva e Educativa em Saúde do Idoso: O saber e o Fazer Compartilhado” aprovado por Comitê de Ética e Pesquisa, CAAE nº 12700913.5.0000.5147. As intervenções foram conduzidas por docentes e discentes dos cursos da área de saúde, integrantes do Núcleo de Estudos da Pessoa Idosa (NEPI) da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) *campus* Governador Valadares.

Os idosos foram convidados para participar das atividades e os temas discutidos nas intervenções foram escolhidos através do levantamento de interesses do público-alvo bem como pela indicação de tópicos prioritários pela equipe. Foram desenvolvidas atividades coletivas incluindo jogos de tabuleiros, feiras de saúde, oficinas e rodas de conversa.

A avaliação do aprendizado e assimilação dos temas abordados durante as intervenções se deu através das nossas impressões sobre as falas e comportamento dos idosos, conforme sugerido por Pinto e colaboradores¹³. Entretanto, na roda de conversa “A Importância da Adesão ao Tratamento Medicamentoso” o aprendizado e o interesse do grupo de idosos foram analisados através de um questionário semiestruturado desenvolvido pela equipe do tipo antes e depois da intervenção, que contemplava as seguintes perguntas: (1) você sabe o que é adesão medicamentosa?;

(2) você sabe como organizar corretamente os seus medicamentos?; (3) você sabe por que é importante tomar os medicamentos no horário correto?; (4) o tema da roda de conversa foi interessante? (5); os apresentadores conversaram de forma fácil? Ao término da ação, os dados foram transferidos para um arquivo eletrônico e apresentados na forma de porcentagem.

Resultados e discussão

O primeiro contato com o grupo de idosos foi feito através de uma palestra intitulada “O que Devemos Saber sobre Medicamentos” visando à apresentação do projeto e o reconhecimento das demandas locais que iriam nortear o desenvolvimento do trabalho.

Validando o fundamento que a educação em saúde é um processo de trocas de saberes e experiências, as atividades coletivas foram planejadas de forma didática e lúdica, tentando articular o conhecimento teórico à prática cotidiana do público. As ferramentas utilizadas foram jogos de tabuleiros, oficinas, rodas de conversa e feiras de saúde. Os idosos participaram de forma atuante, definindo as intervenções e escolhendo suas atividades.

Dentre as estratégias supracitadas, os jogos de tabuleiro merecem destaque. Os mesmos foram elaborados por alunos de graduação em Medicina da UFJF *campus* Governador Valadares e possibilitaram a discussão sobre o uso racional de medicamentos através de exemplos e competição entre pequenos grupos de idosos. Foram abordados temas incluindo automedicação, armazenamento e descarte de medicamentos, medicamentos genéricos, tarjas de medicamentos e importância da adesão ao tratamento medicamentoso. Foi observado pela equipe que os idosos se identificaram muito com a estratégia lúdica e aprimoraram o conhecimento sobre os medicamentos ao fazerem o rodízio pelos diferentes jogos. De maneira similar, Barrêto et al.¹⁴ enfatizam que exercícios lúdicos e atividades não rotineiras em educação em saúde são ferramentas que contribuem para o processo de aprendizado e assimilação dos temas discutidos. O grupo utilizou jogos de quebra-cabeça, tabuleiro, cartas-imagem e peça teatral para abordar o uso racional de medicamentos com um grupo de idosas, sendo o aprendizado avaliado por meio das impressões positivas das participantes.

Outra atividade apreciada pelo grupo de idosos e que apresentou impacto positivo foi a roda de conversa intitulada “A Importância da Adesão ao Tratamento Medicamentoso”. Doze idosos participaram da atividade e pela análise dos questionários foi possível observar que antes da intervenção apenas 8,3% dos participantes sabiam o que era adesão medicamentosa, sendo que esse número subiu para 91,7% após a roda de conversa. No tocante ao armazenamento correto de medicamentos, observou-se que antes da atividade 41,7% dos idosos afirmaram que sabiam organizar corretamente seus

medicamentos e após a roda de conversa houve uma mudança robusta no padrão de resposta, e 100% dos idosos disseram saber guardar os medicamentos. De forma análoga ao perfil de resposta supracitado, após a roda de conversa todos os idosos afirmaram entender a importância de tomar o medicamento na hora certa em detrimento de somente 50% que afirmaram conhecimento inicial. Além da análise do aprendizado após a intervenção, o instrumento avaliativo permitiu observar que 100% dos idosos apontaram o tema da roda de conversa como interessante e que a condução foi feita de forma acessível. Novamente, nossos resultados reforçam a importância de práticas de educação em saúde e corroboram com os achados de Santos e colaboradores¹⁵, que relataram impacto favorável de uma oficina de medicamentos sobre o entendimento dos idosos acerca da importância da adesão medicamentosa, favorecendo, assim, uma melhor qualidade de vida.

Outros temas em saúde relevantes ao público alvo também puderam ser abordados durante o desenvolvimento do projeto, como o uso correto de plantas medicinais e noções de primeiros socorros e suporte básico de vida. O primeiro tema foi trabalhado através da oficina “Uso de Plantas Medicinais”, realizada durante o evento “O Núcleo de Estudos da Pessoa Idosa na Campanha SESC de Valorização da Vida”, em 2015, onde se realizou exposição de plantas medicinais, divulgação de informações sobre as mesmas e as formas de preparo. Adicionalmente, foi realizado o “Curso de Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida”, em parceria com o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) de Governador Valadares em 2016. Tal curso teve como objetivo educar e prevenir situações de risco, envolvendo crises hipertensivas, emergências glicêmicas, queimaduras, cortes, crise convulsiva e obstrução de vias aéreas por corpo estranho.

Paralelamente às ações no SESC, a equipe organizou, em conjunto com a prefeitura municipal e parceiros locais, eventos em praças e ginásios para o público geral, com enfoque na promoção da saúde para a terceira idade. Dentre esses eventos, podemos destacar a Feira do Idoso, o Dia do Idoso e a Feira de Saúde da UFJF *campus* Governador Valadares, realizados em 2014, 2015 e 2016, respectivamente. A interface “Uso Racional de Medicamentos” contribuiu nesses eventos através do desenvolvimento material educativo e condução das orientações sobre o uso correto de medicamentos.

As atividades extensionistas, além do compartilhamento de experiência, também contribuem para a educação continuada. Assim, é interessante ressaltar que ao longo da execução do projeto os discentes e docentes redigiram resumos e participaram de encontros científicos. Adicionalmente, a equipe participou da elaboração do capítulo “Utilização de Medicamentos por Idosos” publicado no livro “Envelhecimento: um olhar Interdisciplinar” pela editora HUCITEC (2016)¹.

CONCLUSÃO

Atividades de educação em saúde são descritas na literatura como importante ferramenta para enfrentamento de questões relacionadas à promoção da saúde. A experiência de atenção educativa em saúde para idosos atendidos pelo SESC de Governador Valadares, com enfoque no uso racional de medicamentos, proporcionou o desenvolvimento de estratégias para o aprendizado fundamentado na troca de saberes entre a academia e a comunidade. Destaca-se nesse trabalho o protagonismo dos idosos que participaram ativamente da tomada de decisões, contribuindo para que estes se sentissem parte integrante do processo e entendessem a importância da adesão ao tratamento medicamentoso e do cuidado à saúde.

Partindo-se da premissa de que a educação em saúde é um dos pilares para o uso racional de medicamentos, os desdobramentos do projeto sugerem que as intervenções realizadas favorecerão para a diminuição da prevalência de problemas associados aos medicamentos e melhora da qualidade de vida dessa crescente parcela da população. As atividades desenvolvidas também influenciaram na formação dos futuros profissionais de saúde, tornando-os mais sensibilizados a questões relacionadas ao envelhecimento e à saúde dos idosos.

AGRADECIMENTOS

À Pró-reitoria de Extensão da Universidade Federal de Juiz de Fora e Ministério da Educação, pelo apoio financeiro. Ao Serviço Social do Comércio, pelo acolhimento e colaboração.

REFERÊNCIAS

1. Reis AMM, Alessandri AL, Nascimento AP, Vieira LB, Kelmann RG. Utilização de medicamentos por idosos. In: Faria L, Calabria LK, Alvez WA. Envelhecimento: um olhar interdisciplinar. 1a. ed. São Paulo: Hucitec; 2016. cap.13, p. 292-322.
2. Brenes-Salazar JA, Alshawabkeh L, Schmader KE, Hanlon JT, Forman DE. Clinical pharmacology relevant to older adults with cardiovascular disease. *J Geriatr Cardiol.* 2015; 12(3):192-5.
3. Ribeiro AQ, Acurcio FDA, Wick JY. Pharmacoepidemiology of the elderly in Brazil: state of the art. *Consult Pharm.* 2009; 24(1):30-44.
4. Baldoni ADO, Chequer FMD, Ferraz ERA, Oliveira DPD, Pereira LRL, Dorta DJ. Elderly and drugs: risks and necessity of rational use. *Braz J Pharm Sci.* 2010; 46(4):617-32.

5. Oliveira LPBA, Santos SMA. An integrative review of drug utilization by the elderly in primary health care. *Rev Esc Enferm USP*. 2016; 50(1):163-74.
6. Ministério da Saúde (Brasil). Política Nacional de Medicamentos. Outubro, Portaria n. 3.916, 1998 [acesso em 2017 jun 14]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1998/prt3916_30_10_1998.html.
7. Ferrucci L, Studenski, S. Problemas Clínicos do Envelhecimento. In: Kasper DL. *Medicina Interna de Harrison*. 19a. ed. Porto Alegre: AMGH, 2017. cap.11, p. 371-415.
8. Galato D, Silva ESD, Tiburcio LDS. Estudo de utilização de medicamentos em idosos residentes em uma cidade do sul de Santa Catarina (Brasil): um olhar sobre a polimedicação. *Ciênc Saúde Colet*. 2010; 15(6):2899-2905.
9. Silva GDOB, Goldim APS, Monteiro MP, Frota MA, Meneses ALLD. Uso de medicamentos contínuos e fatores associados em idosos de Quixadá, Ceará. *Rev Bras Epidemiol*. 2012; 15(2):386-395.
10. Jeon YH, Essue B, Jan S, Wells R, Whitworth JA. Economic hardship associated with managing chronic illness: a qualitative inquiry. *BMC Health Serv Res*. 2009; 9(182):1-11.
11. Castro HC, Aguiar MLPD, Geraldo RB, Freitas CCD, Alcoforado LF, Santos DO et al. Automedicação: entendemos o risco? *Infarma*. 2006; 18(9-10):17-20.
12. Duarte LR, Gianinni RJ, Ferreira LR, Camargo MADS, Galhardo SD. Hábitos de consumo de medicamentos entre Idosos usuários do SUS e de plano de saúde. *Cad Saúde Colet*. 2012; 20(1):64-71.
13. Pinto MMDM, Barros VB, Cardamoni RV, Marcussi FL, Pinto TDJA. Experiência de utilização de ferramentas lúdicas na abordagem do tema uso racional de medicamentos para alunos do ensino fundamental. *Rev Bras Farm*. 2011; 92(1):23-32.
14. Barrêto MTM, Cruz LG, Silva CMVD, Prata MDS, Souza HND, Rios PSDS, et al. Brincando e ressignificando o uso racional de medicamentos: a experiência em um grupo de idosas. *Cad Grad Ciênc Biol Saúde*. 2012; 1(15):53-64.
15. Santos MC Jr, Brito LDG, Boaventura JEM. Adesão terapêutica e uso racional de medicamentos na terceira idade: um relato de experiência da oficina de medicamentos realizada na Universidade aberta a terceira idade (UATI). *Extensio: R Eletr de Extensão*. 2012; 9(14):66-72.

Submissão: novembro de 2017.

Aprovação: agosto de 2020.