

Construção do projeto - textos para feiras

Conict:

Mente Senior: promovendo o cuidado com a saúde física do idoso no Brasil

RESUMO:

Este projeto tem como objetivo o desenvolvimento de uma plataforma digital destinada à promoção da saúde física dos idosos no Brasil. Diante do aumento significativo da população idosa e da prevalência crescente de doenças crônicas, a plataforma visa fornecer informações qualificadas sobre práticas de saúde física, com acessibilidade para instituições que atendem essa faixa etária. O desenvolvimento será dividido em três etapas: (1) realização de pesquisa e levantamento de dados sobre saúde física dos idosos, (2) criação da plataforma com design centrado no usuário para garantir usabilidade e acessibilidade, e (3) execução de testes de usabilidade e ajustes com base em feedback. Espera-se que o projeto melhore a qualidade de vida dos idosos, promova um envelhecimento saudável e contribua para a implementação de políticas públicas mais eficazes.

PALAVRAS-CHAVE: Idosos; saúde física; envelhecimento; qualidade de vida.

Mente Senior: promoting physical health care for the elderly in Brazil.

ABSTRACT:

This project aims to develop a digital platform designed to promote the physical health of the elderly in Brazil. Given the significant increase in the elderly population and the rising prevalence of chronic diseases, the platform seeks to provide qualified information on physical health practices, with accessibility for institutions that serve this age group. The development will be divided into three stages: (1) conducting research and data collection on the physical health of the elderly, (2) creating the platform with a user-centered design to ensure usability and accessibility, and (3) performing usability tests and adjustments based on feedback. The project is expected to improve the quality of life for the elderly, promote healthy aging, and contribute to the implementation of more effective public policies.

KEYWORDS: Elderly; physical health; aging; quality of life.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população brasileira é uma realidade crescente e desafiadora para o sistema de saúde. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número de pessoas com 60 anos ou mais cresceu 27,4% entre 2012 e 2021, alcançando 36 milhões de idosos no Brasil (IBGE, 2021). Esse aumento acentuado na população idosa exige o desenvolvimento de políticas e intervenções voltadas à promoção da saúde física e a prevenção de doenças crônicas, fundamental para garantir um envelhecimento saudável.

A manutenção da saúde física é essencial para prevenir doenças incapacitantes, melhorar a qualidade de vida e promover a autonomia dos idosos. Dados do Ministério da Saúde (2023) apontam que 25% dos idosos brasileiros têm diabetes, enquanto 7% apresentam algum tipo de incapacidade física. Esses números destacam a necessidade urgente de estratégias eficazes de promoção da saúde física para a terceira idade.

Esse projeto visa desenvolver uma plataforma digital para promover a saúde física dos idosos, fornecendo informações qualificadas a instituições que atuam com essa população. Para alcançar esse objetivo, pretende-se reunir dados e informações sobre práticas promotoras de saúde física para idosos, facilitar o acesso a essas informações por parte de Instituições de apoio a idosos e validar a plataforma digital por meio de testes de usabilidade em instituições voltadas para a terceira idade.

MATERIAL E MÉTODOS

O projeto será desenvolvido em três etapas principais: a primeira etapa consistirá na realização de uma pesquisa bibliográfica e documental para levantamento de dados sobre saúde física de idosos, utilizando fontes oficiais, como o IBGE e o Ministério da Saúde, além de literatura científica relevante. A segunda etapa envolverá o desenvolvimento da plataforma digital, projetada com base no design centrado no usuário para garantir acessibilidade e usabilidade. O conteúdo será apresentado em uma linguagem simplificada para facilitar o uso por profissionais e instituições que atuam com idosos. A terceira etapa consistirá na realização de testes de usabilidade da plataforma em instituições de apoio ao idoso, com coleta de feedback para ajustes e melhorias contínuas, sendo a validação realizada por meio de questionários e análises de desempenho. Assim, o método usado será o da engenharia, contendo uma abordagem metódica, por etapas.

Espera-se que o principal resultado do projeto seja a criação de uma plataforma digital eficiente e acessível que reúna informações qualificadas sobre práticas promotoras de saúde física para idosos. A plataforma pretende servir como uma base de dados para profissionais de saúde, cuidadores e instituições, facilitando o acesso a informações cruciais para o cuidado de idosos. Além disso, ao promover o envelhecimento ativo, a plataforma pode contribuir para a redução da incidência de doenças crônicas entre os idosos, melhorando sua qualidade de vida e, conseqüentemente, reduzindo a pressão sobre o sistema de saúde.

O desenvolvimento de uma plataforma digital voltada para a promoção da saúde física dos idosos tem o potencial de transformar a forma como as instituições lidam com a saúde da população idosa no Brasil. A plataforma contribuirá para a capacitação de profissionais de saúde e cuidadores, além de promover o envelhecimento saudável por meio da disseminação de práticas eficazes e baseadas em evidências. Os testes realizados nas instituições participantes fornecerão insights valiosos para o aprimoramento contínuo da ferramenta, garantindo que ela atenda às necessidades do público-alvo. Espera-se que, no longo prazo, o projeto contribua para a implementação de políticas públicas mais eficazes para a promoção da saúde dos idosos no Brasil.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após realizarmos as pesquisas documentais e bibliográficas, começamos o desenvolvimento da plataforma web. E sua produção contou com 3 etapas. A primeira etapa consistiu no levantamento de dados específicos do público alvo com temas de interesse (concretizado por um questionário) e definição do direcionamento da plataforma. Realizamos o levantamento de dados por causa da abrangência dos temas envolvendo a terceira idade, e formulamos as questões visando selecionar as áreas mais significativas para o grupo.

Questionário Mente Senior

Alterar formulário

☒

Você gostaria de um site que falasse sobre a saúde do idoso?

Múltipla escolha: 3 opções

☒

Para você, quais são os assuntos mais relevantes para a saúde na terceira idade?

Caixas de seleção: 6 opções

☒

Sobre os temas, de qual você gostaria de saber mais e de receber dicas/orientações

Caixas de seleção: 7 opções

FIGURA 1. Perguntas mais relevantes para a pesquisa.



FIGURA 2. Gráfico que mostra os assuntos mais relevantes na terceira idade, segundo a amostra.

Sobre os temas, de qual você gostaria de saber mais e de receber dicas/orientações

22 respostas

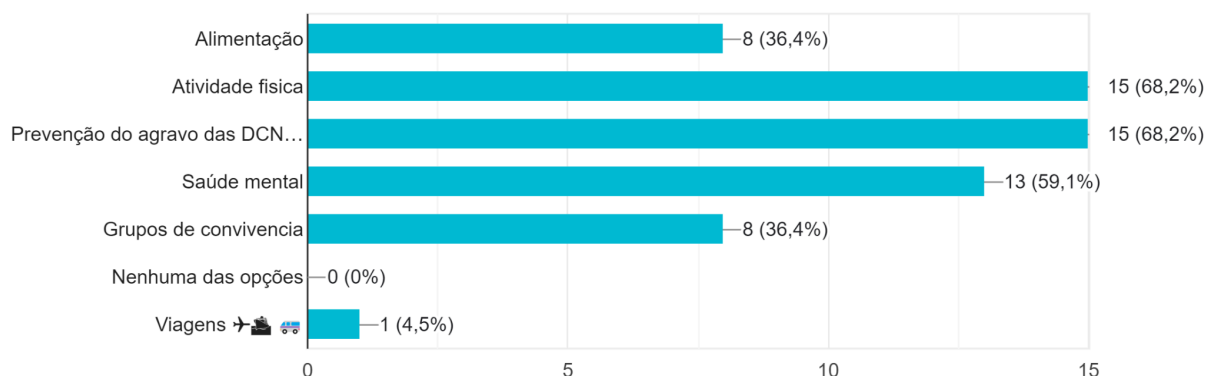


FIGURA 3. Gráfico que mostra os assuntos de interesse do público-alvo, segundo a amostra.

Após identificarmos os temas de interesse do grupo, decidimos delimitar o foco da ferramenta web para o tema saúde física, englobando atividade física e prevenção do agravo das DCNTs. Mesmo sendo bem votada, não inserimos saúde mental, porque é um tema distante do tema escolhido. Atualmente, estamos na terceira fase do desenvolvimento, que consiste na construção da ferramenta web que será criada para divulgação deste conteúdo. Segue algumas telas responsivas.



FIGURA 4. Primeira parte da tela inicial do site, em que se pode ver a breve descrição do projeto e uma entrada para outra página, contendo informações sobre atividade física na terceira idade.

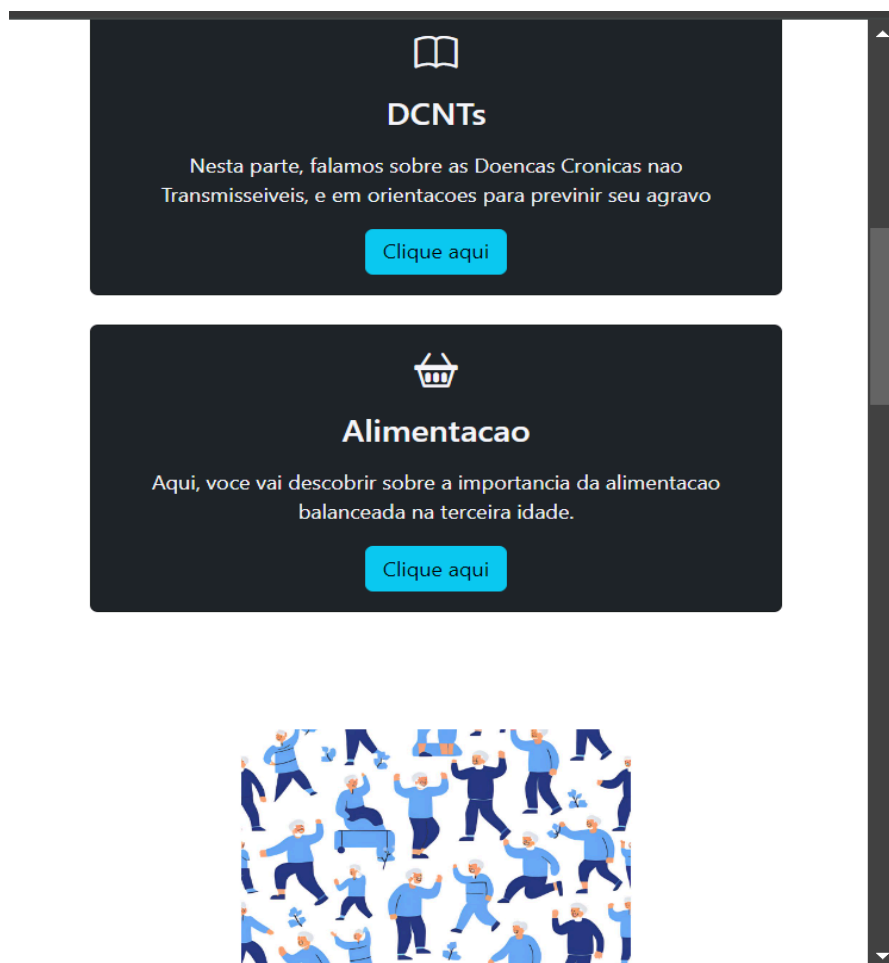


FIGURA 5. Segunda parte da tela inicial do site, em que se pode ver dois caminhos para outras páginas, que falam respectivamente das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), e alimentação.

Depois de terminada a segunda etapa, iremos indicar a plataforma para instituições focadas no bem-estar do idoso, para receber sua avaliação contendo sugestões, pontos positivos e negativos. E assim, moldar a plataforma conforme suas necessidades.

CONCLUSÕES

O trabalho encontra-se em andamento para finalização da etapa 2 e aplicação da ferramenta web em um universo de amostra maior e devidamente qualificado do público alvo. Funcionalidades como páginas acessadas pela página inicial, banco de dados, programação back-end, e parte do design ainda estão em desenvolvimento. Até o momento, o trabalho cumpriu parcialmente os objetivos da proposta com o levantamento dos requisitos iniciais (de teste). Espera-se que os objetivos sejam totalmente atingidos ao final do processo de desenvolvimento.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

S.B, M.M e I.L atuaram nas pesquisas documentais do projeto. S.B e I.L contribuíram na delimitação do tema do projeto através da análise de dados, na construção de seu plano de pesquisa e em seu desenvolvimento.

Todos os autores contribuíram com a revisão do trabalho e aprovaram a versão submetida.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a todos, principalmente a nossas famílias, professores e amigos, que contribuíram para a conclusão deste trabalho.

REFERÊNCIAS

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). População de 60 anos ou mais cresce 27,4% entre 2012 e 2021. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 7 set. 2024. BRASIL.

BRASIL. Atividade física para idosos: por que e como praticar? Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2022/atividade-fisica-para-idosos-por-que-e-como-praticar>>. Acesso em: 20 ago. 2024.

UNIMED. Saúde mental dos idosos: vamos falar sobre isso? Disponível em :<<https://www.unimed.coop.br/viver-bem/saude-em-pauta/saude-mental-dos-idosos-vamos-falar-sobre-isso->>. Acesso em: 19 mar. 2024.

Bragantec:

TÍTULO DO PROJETO:

Mente Senior: Plataforma auxiliadora no cuidado da saúde física e mental de idosos no Brasil

CATEGORIA (MARCAR APENAS UMA):

- ☐ Ciências da Natureza e Exatas
- ☒ Informática
- ☐ Ciências Humanas e Linguagens
- ☐ Engenharias

RESUMO:

Nosso trabalho tem como tema a saúde mental dos idosos, assunto de extrema importância, visto que muitos lidam com doenças mentais no seu dia a dia e a grande maioria não tem um diagnóstico, não recebendo assim acompanhamento e apoio para lidar com essas circunstâncias. Sendo assim, queremos, por meio do nosso projeto, dar mais visibilidade à causa e trazer mais informações sobre o assunto, para que os idosos tenham mais saúde e bem-estar e para que as pessoas do seu convívio entendam e conheçam melhor os mais velhos, desenvolvendo mais empatia para suas limitações.

PALAVRAS-CHAVE:

idosos, saúde mental, cuidado.

PLANO DE PESQUISA

INTRODUÇÃO:

A pandemia da covid-19, teve significativos impactos em todo globo, mas, sobretudo, ocasionou no aumento dos transtornos mentais do Brasil e do mundo.

Um levantamento da consultoria Alvarez & Marsal aponta um crescimento anual de 12% a 15% nos últimos quatro anos em atendimentos de saúde no Brasil devido a transtornos mentais. O país tem o 3º pior índice de saúde mental do mundo, conforme dados do relatório global anual "Estado Mental do Mundo 2022".

Junto às adversidades mentais, a quantidade de idosos vem crescendo consideravelmente no país. Em 2022, o total de pessoas com 65 anos ou mais no país (22.169.101) chegou a 10,9% da população, com alta de 57,4% frente a 2010, quando esse contingente era de 14.081.477, ou 7,4% da população. É o que revelam os resultados do universo da população do Brasil desagregada por idade e sexo, do Censo Demográfico 2022.

Infelizmente, os idosos lideram o ranking dos quadros depressivos entre os brasileiros, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde de 2019. E, de acordo com dados do Ministério da Saúde de 2018, há alta taxa de suicídio entre idosos com mais de 70 anos... Entretanto, além da depressão, os mais velhos podem apresentar casos de ansiedade, angústia, medo e tristeza intensa, causadas pelas transformações em suas vidas, que na maioria das vezes são caracterizadas por perdas – seja de mobilidade, da companhia dos filhos, ou viuvez, por exemplo.

A falta de visibilidade do déficit da saúde mental entre os idosos brasileiros e seus recursos para protegê-la, preservá-la e promovê-la é um grave problema, porque os idosos são humanos e merecem ser tratados com dignidade.

Por isso, propomos a criação do projeto, o qual tem como finalidade informar familiares e cuidadores de idosos sobre as transformações e possíveis transtornos enfrentados na terceira idade. Esperamos que a plataforma preserve, estimule a consulta médica, e ajude a amenizar as dores psicológicas dos mais velhos; além de orientar, estimular e suavizar o trabalho árduo dos que cuidam.

OBJETIVOS:

O objetivo principal do projeto é auxiliar no cuidado da saúde mental do idoso brasileiro. E essa ação será concretizada por meio de materiais orientativos e recursos de gestão, disponibilizados por um site. Objetivos específicos a serem desenvolvidos:

- Estudar sobre as transformações vividas pela terceira idade, seus sentimentos e as recomendações para conviver com os mesmos.
- Estudar mais sobre os possíveis transtornos mentais e suas formas de amenizá-los
- Desenvolver o site através das linguagens: HTML, CSS, JAVASCRIPT, PHP, e SQL
- Aperfeiçoar a plataforma por meio das avaliações de um público teste.



METODOLOGIA:

A pesquisa a ser realizada caracteriza-se como quantitativa, pois busca descrever as características que podem ser um sinal que o idoso possa estar passando por um quadro que está afetando sua saúde mental, a partir de dados coletados através de pesquisas e observações de situações que acontecem no nosso cotidiano.

O delineamento da pesquisa será do tipo descritivo. Este tipo de delineamento é apropriado porque nosso projeto visa descrever os transtornos e seus possíveis sinais.

A população-alvo desta pesquisa consiste nas pessoas que convivem com idosos que estejam com a sua saúde mental abalada por qualquer que seja o motivo.

A coleta de dados será realizada através de plataformas de pesquisas. Os instrumentos de coleta de dados serão validados através de ferramentas de software, como o SPSS.

Esse projeto também vai buscar parcerias com a Unidade Básica de Saúde próxima de modo a oferecer o apoio especializado de médicos e enfermeiras para dar maior eficiência e confiabilidade à pesquisa.

CRONOGRAMA:

No mês de março, definimos o tema do nosso projeto e iniciamos a pesquisa bibliográfica. Até junho, continuamos com essa pesquisa. Em julho, concentraremos nossos esforços na aprendizagem e aprimoramento das linguagens de programação, dando início à produção da plataforma, que se estenderá até agosto. No mês de setembro, iremos realizar testes e refinar o site, e por fim, em outubro, faremos a apresentação do projeto durante a feira.

RESULTADOS ESPERADOS:

Espera-se, com esse projeto, dar maior visibilidade à importância do cuidado da saúde física e mental do idoso brasileiro, bem como garantir os recursos necessários para sua implementação. O projeto visa promover a empatia por parte dos familiares e cuidadores dos idosos, além de incentivar a busca por cuidados médicos quando necessário.

Nosso objetivo é aumentar a compreensão dos usuários sobre os sentimentos e transtornos que os idosos podem apresentar, assim como promover o uso adequado das ferramentas que podem mitigar os problemas enfrentados por eles.

Além disso, esperamos ter a colaboração de ajuda especializada para maior eficiência da pesquisa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ADMIN. Estudo sobre saúde mental busca melhorar a qualidade de vida de idosos. Disponível em: <https://portal.pucrs.br/blog/pesquisa-sobre-saude-mental-busca-melhorar-a-qualidade-de-vida-da-terceira-idade/>. Acesso em: 20 jun. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Dados sobre Suicídio, 2018.

BROTTO, P. T. F. Saúde mental para idosos. Disponível em: <https://www.psicologo.com.br/blog/saude-mental-do-idoso/>.

LEANDRO-FRANÇA, C.; GIARDINI MURTA, S. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 34, n. 2, p. 318–329, jun. 2014.

LOURENÇO, T. Pesquisa do IBGE aponta que idosos são os mais afetados pela depressão. Disponível em:

<<https://jornal.usp.br/atualidades/pesquisa-do-ibge-aponta-que-idosos-sao-os-mais-afetados-pela-depressao/>>.

PESQUISA Nacional de Saúde. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2019.

Saúde mental dos idosos: vamos falar sobre isso? Disponível em: <<https://www.unimed.coop.br/viver-bem/saude-em-pauta/saude-mental-dos-idosos-vamos-falar-sobre-isso->>.

CONTINUAÇÃO DE PROJETO ANTERIOR

TÍTULO DO PROJETO DE PESQUISA ANTERIOR:

RESUMO DO PROJETO DE PESQUISA ANTERIOR: