



## PROJETO VIDA E SAÚDE DO IDOSO ATIVO DE MANAUS E REGIÃO METROPOLITANA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Samantha Sampaio da Silva<sup>1</sup>; Erika Gomes Alves<sup>2</sup>

*<sup>1</sup>Graduanda em Fisioterapia, Universidade Paulista UNIP, Estagiaria do Projeto vida e saúde do idoso ativo, Sejusc,AM. <sup>2</sup>Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Paulista UNIP, Fisioterapeuta do Projeto vida e saúde do idoso ativo, Sejusc,AM.*

O envelhecimento populacional representa um desafio à sociedade. Estimativas indicam que em 2050 haverá no mundo cerca de 2 bilhões idosos, em sua maioria concentrados em países em desenvolvimento, como o Brasil. Paralelo a elevação da expectativa de vida da população, houve crescimento dos fatores de risco associados às doenças crônico-degenerativas, com elevado impacto à qualidade de vida dos idosos. Sendo assim, medidas que promovam a manutenção da saúde física, mental e social e autonomia são primordiais para a preservação do potencial de realização e desenvolvimento destes longevos. Este trabalho traz o relato de experiência sobre o projeto intitulado “Vida e saúde do idoso ativo”, composto por 76 grupos de idosos, de ambos os sexos, residentes na cidade de Manaus e região metropolitana da capital, com início em abril de 2022. Este projeto é uma iniciativa do Governo do Estado do Amazonas por meio da Secretaria de Justiça, Direitos Humanos e Cidadania (SEJUSC/AM) em parceria com outros órgãos estaduais e municipais, sendo composto por equipes multiprofissionais formadas por: psicólogos, profissional da educação física, assistente social, fisioterapeuta, professor de dança, técnico de enfermagem e nutricionista. As atividades ocorrem de forma itinerante, com o direcionamento das equipes aos grupos cadastrados na SEJUSC/AM, em espaços ofertados pela comunidade, duas vezes na semana, envolvendo ações de saúde e cidadania, atividades físicas, aulas de dança, práticas corporais, orientações e reabilitação fisioterapêutica, saúde mental e monitoramento de sinais vitais e fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis. Atualmente são atendidos mais de 5.000 idosos, de forma coletiva e/ou individual, nos municípios de Iranduba, Rio Preto da Eva, Presidente Figueiredo, Amaturá, São Paulo de Olivença, Manicoré e a capital do Amazonas. Sua implantação possibilita a esta população a troca de conhecimento e experiências estimulando o empoderamento destes frente ao processo de envelhecimento, favorecendo a independência, autonomia e socialização dos mesmos. As ações desenvolvidas no projeto Vida e saúde do idoso ativo buscam contribuir para a melhoria da qualidade de vida desta população, estimulando-os a participarem de ações e programas voltados ao envelhecimento ativo, com foco na cidadania, longevidade e inclusão social.

