

## ENFERMAGEM NA MELHOR IDADE: CUIDANDO DA MULHER IDOSA

Gyrlany Alves Pereira<sup>1</sup>  
Emmily Lima Pereira<sup>2</sup>  
Alana Santos Monte<sup>3</sup>

### RESUMO

**Introdução:** O envelhecimento ativo, ou envelhecimento saudável, busca promover a independência e a autonomia das pessoas idosas, incentivando a participação social, a atividade física, o cuidado com a saúde mental e a manutenção de um estilo de vida equilibrado. O Brasil, com o aumento da expectativa de vida, está experimentando um processo de envelhecimento populacional significativo. Estima-se que até 2050, os idosos representarão 22% da população e isso reflete a importância crescente de políticas públicas e serviços de saúde voltados para esse público. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação de extensão para idosas da cidade de Redenção. **Metodologia:** A ação de extensão consistiu na realização de atividades educativas quinzenais direcionadas para as idosas que participam do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) chamado Grupo Renovando a Vida na Melhor Idade no Centro de Referência a Assistência Social (CRAS) da cidade de Redenção- CE a fim de promover o compartilhamento de conhecimentos acerca dos principais agravos que acometem na terceira idade no período de junho a setembro de 2024. Foram abordados 6 temas aos quais estão voltados para a assistência à mulher idosa: 1) Prevenção da Depressão na Terceira idade; 2) Prevenção do Câncer de Mama; 3) Prevenção do Câncer de Colo Uterino; 4) Prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis; 5) Prevenção de Diabetes e Hipertensão; 6) Hábitos Saudáveis (Atividade Física e Alimentação Saudável). **Resultados:** Notou-se que as idosas na sua maioria não tinham conhecimento sobre o vírus HPV e seus sintomas. Questionaram sobre níveis anormais da pressão arterial e glicemia. Se sentiram à vontade para discutir sexualidade, com muita participação nas atividades propostas. Além disso, observou-se a necessidade de mais ações com este público, de modo a capacitar os estudantes de Enfermagem, para que sejam efetivadas boas práticas de cuidado na prevenção, estadiamento e manejo das doenças nesta faixa etária. **Conclusão:** A complexidade do envelhecimento feminino demanda uma abordagem que vá além das intervenções médicas tradicionais, reconhecendo as necessidades específicas de cada mulher idosa. Isso inclui cuidar não apenas das doenças físicas prevalentes, mas também prestar atenção aos aspectos psicológicos e sociais. Através dos resultados alcançados, é possível perceber a importância da assistência de enfermagem na educação em saúde como ferramenta de autonomia e como busca para o autocuidado da mulher idosa.

**Palavras-chave:** promoção da saúde; terceira idade; qualidade de vida; idosas.

---

UNILAB, Redenção-ce, Discente, gyrlaalves22@gmail.com<sup>1</sup>  
UNILAB, Redenção, Discente, emmilypereira15@gmail.com<sup>2</sup>  
UNILAB, Redenção-ce, Docente, alanamonte@unilab.edu.br<sup>3</sup>