

CUIDADOS COM A PELE NA MELHOR IDADE

XXIX Encontro de Extensão

Antonia Lais Silva Coelho, Tamara Gonçalves Araújo, Tamara Goncalves Araujo

Introdução: A pele é o maior órgão do corpo humano e possui diversas funções importantes. No entanto, com o envelhecimento cutâneo esse órgão sofre diversas alterações fisiológicas, como a perda de hidratação, oleosidade e elasticidade. Essas alterações cutâneas deixam a pele do idoso mais vulnerável aos fatores externos. **Objetivos:** Minimizar os danos causados pelo envelhecimento e fatores externos à pele dos idosos, promovendo saúde e uma melhor qualidade de vida. **Metodologia:** Foram realizadas palestras, utilizando o WhatsApp, Instagram e telefone (via ligações), sobre prevenção à Covid-19, fotoproteção, prevenção de escaras, hidratação da pele e cuidado com os pés. Ao início e final de cada palestra foram aplicados questionários, sendo os dados analisados no Microsoft Excel. **Resultados:** Antes das palestras apenas 6 idosos, de 35, utilizavam protetor solar, 8 idosos, de 25, utilizavam hidratante corporal e apenas 15 idosos, de 25, tinham o hábito de beber água com frequência e nenhum idoso, de 19, possuía cuidados com os pés, apesar de todos relatarem ressecamento. Nenhum dos 20 idosos que atenderam à palestra sobre escaras tinham o conhecimento da temática. O vídeo sobre a prevenção da Covid-19 atingiu um total de 1.195 visualizações incluindo público de todas as idades. Ao final de todas as palestras os idosos acompanhados afirmaram entender a importância dos temas debatidos e comprometeram-se em utilizar as informações adquiridas. **Conclusão:** Durante a pandemia, o distanciamento social foi um desafio para executar projetos com idosos, por esses fazerem parte do grupo de risco e não terem tanto acesso às redes sociais, apesar destas serem uma alternativa viável. Muitos idosos não tinham conhecimento sobre os temas desenvolvidos, e, após a ação, se mostraram motivados a cuidar melhor da pele, sendo, portanto, exitoso o objetivo do projeto.

Palavras-chave: Idosos. Pele. Cuidado.