

VISITAS DOMICILIARES COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DE IDOSOS EM VULNERABILIDADE SOCIAL EM VÁRZEA GRANDE-MT

Isabella Francisca Machado¹
Maria Eduarda Correa¹
Suellen Dayana Silva Conceição¹
Thalyta Ramos Tomkiel¹
Marina Satie Taki²

¹Graduação em Nutrição, Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), email; ²Mestre em Biociências, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), email: marina.taki@univag.edu.br.

Introdução: O processo de envelhecimento pode ocasionar alterações fisiológicas e aumento da ocorrência de doenças crônicas, tornando os idosos mais suscetíveis a limitações funcionais e redução da qualidade de vida. Entre os fatores que influenciam diretamente a saúde dessa população destacam-se alimentação inadequada, sedentarismo e baixa ingestão hídrica. Nesse cenário, as visitas domiciliares desenvolvidas pela atenção básica possibilitam compreender a realidade familiar e social dos indivíduos, favorecendo ações educativas voltadas à promoção da saúde e prevenção de agravos. **Objetivo:** Relatar a vivência desenvolvida na disciplina de Práticas Interprofissionais na Saúde durante visitas domiciliares realizadas a um casal de idosos residentes em Várzea Grande-MT. **Métodos:** Trata-se de um relato de vivência realizado por acadêmicas do curso de Nutrição durante duas visitas domiciliares acompanhadas pela agente comunitária de saúde Kellen. O casal visitado foi composto pela Sra. Maria Cristina P. de Prado, 68 anos, dona de casa, portadora de diabetes mellitus e hipertensão arterial sistêmica, e pelo Sr. Albertino Prado, 70 anos, aposentado, com alterações posturais decorrentes de problemas na coluna. Ambos residem sozinhos em casa própria no bairro Parque do Lago, periferia de Várzea Grande-MT, possuem baixa escolaridade e vulnerabilidade social. Na primeira visita, realizada em 18 de março de 2026, foi realizada anamnese, escuta qualificada e observação do contexto familiar e social do casal, sendo identificado baixo consumo hídrico, proteico e ausência de prática regular de atividade física por parte da Sra. Maria Cristina. Posteriormente, foram elaborados Ecomapa, Genograma, Projeto Terapêutico Singular (PTS) e Plano de Ação. A segunda visita, realizada em 12 de maio de 2026, teve caráter devolutivo e educativo, sendo realizadas orientações sobre alimentação equilibrada, hidratação adequada e incentivo à prática de exercícios físicos compatíveis com as condições clínicas apresentadas. Como estratégia educativa, foram entregues uma garrafinha personalizada, além também de um ebook, qual continha informações sobre alimentos anti-inflamatórios e receitas proteicas. **Resultados:** As visitas possibilitaram compreender fatores biopsicossociais relacionados à saúde do casal, permitindo identificar demandas importantes para o planejamento do cuidado. Observou-se boa receptividade às orientações propostas e interesse da Sra. Maria Cristina em melhorar hábitos relacionados ao autocuidado, alimentação e hidratação. Além disso, a construção do Genograma, Ecomapa, PTS e Plano de Ação contribuiu para ampliação da visão integral do cuidado e fortalecimento da atuação interprofissional. **Considerações finais:** A experiência evidenciou a importância das visitas domiciliares como ferramenta de cuidado integral e promoção da saúde na população idosa. As ações educativas desenvolvidas demonstraram potencial para estimular mudanças nos hábitos de vida e fortalecer o vínculo entre usuários e equipe de saúde, além de contribuir significativamente para a formação acadêmica e humanizada dos estudantes envolvidos.

Palavras chave: Idosos. Promoção da Saúde. Visita Domiciliar. Atenção Básica. Envelhecimento.