

GRUPO DE IDOSOS: ESTRATÉGIA DE VALORIZAÇÃO E ASSISTÊNCIA À TERCEIRA IDADE

DANIELE LUERSEN¹; GREICE CARVALHO DE MATOS²; MARILU CORREA SOARES³

¹ Acadêmica da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. Bolsista pelo Programa de Bolsa de Extensão e Cultura (PROBEC) do projeto "Assistência de enfermagem ao idoso da vila Municipal: valorizando a terceira idade" – dani_luersen@hotmail.com

² Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós Graduação da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. Bolsista CAPES – Membro do Núcleo de Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias (NUPECAMF) greicematos1709@hotmail.com

³ Enfermeira Obstetra, Doutora em Enfermagem em Saúde Pública- EERP -USP -Profª Adjunta III da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. Coordenadora do Projeto de Extensão- Líder do Núcleo de Pesquisa e Estudos com Crianças, Adolescentes, Mulheres e Famílias (NUPECAMF) enf mari@uol.com.br

1. INTRODUÇÃO

O envelhecer é considerado um processo natural, inevitável a todos os seres vivos, permeado de alterações biológicas que determinam mudanças na estrutura do corpo. Na espécie humana, o envelhecimento é ainda mais complexo, estando presente em múltiplas dimensões: fisiológicas, emocionais, cognitivas, sociológicas, econômicas e interpessoais que influenciam o funcionamento e o bem estar social (SILVA; ANDRADE, 2013).

A atenção para as questões de saúde no envelhecimento tem crescido nas últimas décadas em virtude do aumento da longevidade da população mundial observado com mais intensidade nos países em desenvolvimento. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o país tem sofrido mudanças na estrutura etária da população, em 2008 para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos havia 27,4 idosos de 65 anos ou mais, já em 2050 essa projeção será de 172,7 idosos para cada 100 crianças de 0 a 14 anos.

Segundo Veras (2009), o prolongamento da vida é um ideal de qualquer sociedade e individuo. Porém, só é levado em consideração quando agrega qualidade de vida a estes anos adicionais. Sendo assim, qualquer política destinada aos idosos deve priorizar a capacidade funcional, a necessidade de autonomia, de participação, de cuidado e de auto-satisfação. Acrescentando ainda a possibilidade do idoso de atuar em qualquer contexto social, criando novos sentidos e significados para a vida, incentivando-se a prevenção, o cuidado e a atenção integral á saúde.

Nesta conjuntura a busca de qualidade de vida dos idosos emerge como um desafio a partir do qual se pode considerar os ganhos na expectativa de vida como valiosa conquista humana e social (ASSIS, 2008). Neste sentido, as atividades de lazer e a convivência em grupo contribuem tanto para a manutenção do equilíbrio biopsicossocial do idoso, quanto para atenuar possíveis conflitos ambientais e pessoais. Por isso, é importante para o ser humano a atividade física, intelectual e de lazer, pois, em todas as etapas da vida devemos nos preocupar com as perspectivas de um envelhecimento saudável. Além disso, a partir de tais atividades, desenvolvem a capacidade intelectual, promovendo uma sensação de

bem estar, sem contar com a interação dos idosos, que podem trocar experiências e se divertir ao mesmo tempo (SERBIM; FIGUEREDO, 2011).

O trabalho com o grupo de idosos do Projeto de Extensão Assistência de Enfermagem ao Idoso da Vila Municipal: valorizando a terceira idade utiliza uma metodologia que tem por objetivo integrar lazer com o acompanhamento do estado de saúde das participantes do grupo, além de estimular o convívio e o estabelecimento de vínculos entre os mesmos, buscando estimular o bem estar e a troca de experiências entre acadêmicos de enfermagem, docentes e participantes do espaço de convivência.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência de vivências no projeto de extensão universitária “Assistência de enfermagem ao idoso da vila Municipal: valorizando a terceira idade”. O projeto de extensão teve início no ano de 1989, sob coordenação da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) em parceria com a Associação Beneficente Luterana de Pelotas (ABELUPE) com participação de acadêmicos de Enfermagem, docentes, profissionais de saúde e voluntários. O objetivo do projeto é encorajar o idoso a resgatar o valor da vida, valorizando seus potenciais, superando limites e promover a integração do idoso na sociedade.

Os encontros com o grupo de idosos ocorrem uma vez por semana na Unidade Básica de Saúde da Vila Municipal, localizada na periferia de Pelotas. Participam do grupo aproximadamente 20 idosas, com idade entre 60 e 80 anos. Os encontros contam com a participação de acadêmicos e professores da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas, além de profissionais da saúde que se envolvem no projeto por meio de educação e promoção da saúde. As atividades realizadas no projeto são: oficinas de educação em saúde que buscam estimular o autocuidado, leituras reflexivas de jornais, mensagens, poesias e palestras educativas, além de dinâmicas de grupo que exercitam o cognitivo e o raciocínio a fim de estimular a reflexão crítica do cotidiano. As datas comemorativas também recebem atenção especial com as atividades de reflexão e os trabalhos artesanais direcionados para a especificidade destas comemorações.

Embora os encontros sejam preparados antecipadamente pelos acadêmicos, docentes e profissionais de saúde, as participantes também são indagadas sobre assuntos e trabalhos que gostariam de realizar ou atividades que poderiam ser trazidas para os encontros. Todas as atividades realizadas no projeto são de livre participação, pois os idosos não são obrigados a participarem, porém são estimulados e motivados, a fim de se integrarem e desenvolverem suas potencialidades.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme TEIXEIRA (2002, p.105), algumas pesquisas demonstram que a principal tarefa evolutiva da velhice é a integração social e a autonomia pessoal, pois a segurança propiciada por um ambiente acolhedor, assim como a autonomia permitida por um ambiente estimulador são necessárias ao bem-estar do idoso. E este é o principal objetivo do projeto “Assistência de enfermagem ao idoso da vila Municipal: valorizando a terceira idade”, promover um ambiente acolhedor, onde o

idoso além de se sentir-se bem, consiga desenvolver atividades que revertam na memória da qualidade de vida. Durante minha atuação como bolsista PROBEC pude observar que muitas vezes os participantes tem de superar suas próprias limitações. Sendo assim, os idosos são estimulados a desenvolver determinadas atividades, a fim de que percebam-se capazes de realizar as atividades, o que acaba dando novos significados as suas vidas.

Na elaboração dos afazeres propostos, são desenvolvidas atividades laborativas como pintura em tecido, trabalhos com lã, crochê, pintura em telas e pratos. Nestes trabalhos manuais, pode-se observar a dedicação de cada um dos participantes e a vontade de aprender. Embora as atividades artesanais façam com que os participantes superem suas próprias expectativas exercitando a concentração, é possível notar o envolvimento dos mesmos quando realizadas atividades reflexivas por meio de leituras. Os idosos tem a capacidade de rever a sua trajetória de vida como se viajassem no tempo, compartilhando historias do seu passado e de seus familiares em uma troca mutua, vislumbrando sua posição histórica e cultural. Nota-se que isto é de fundamental importância para o acolhimento das participantes, troca de experiências e criação de vínculos fortes entre acadêmicos e participantes.

Os assuntos abordados nas leituras e palestras, relacionam-se aos direitos do idoso, a prevenção de doenças que acometem esta faixa etária, alimentação saudável, importância do exercício físico, uso de medicamentos, as relações familiares. Estes temas são trabalhados de forma leve e motivadora a fim de estimular o raciocínio, o autocuidado e a visão critica de cada idoso no contexto atual da sociedade.

O trabalho dos acadêmicos de enfermagem junto ao projeto permite também o acompanhamento e investigação das alterações no estado de saúde dos participantes. Em razão disso, toda participante possui um cartão de controle de pressão arterial e HGT.

4. CONCLUSÕES

A partir da concepção de envelhecimento como uma fase com muitas possibilidades de aprendizagem e conhecimento é de fundamental importância seguir em busca de novas atividades que envolvam cada vez mais o idoso, com intuito de valorizar suas potencialidades estimulando a autonomia e qualidade de vida por meio da troca de saberes e experiências entre acadêmicos envolvidos na extensão universitária e idosos do grupo.

A convivência com o grupo de idosos supracitado permitiu conhecer cada participante de maneira individual, no qual foi possível encontrar maneiras de valorizar cada um com suas particularidades e historias únicas, uma vez que todos carregam consigo trajetórias de alegrias e tristezas. Era notável quem era mais emoção, quem era mais razão e quem conseguia equilibrar melhor esses dois lados. Mas, no final, todos tinham o mesmo objetivo: ser valorizado.

Enfim, acredita-se que o projeto “Assistência de enfermagem ao idoso da vila Municipal: valorizando a terceira idade” é uma das formas de inclusão para o idoso, pois ele é estimulado a desenvolver as atividades que muitas vezes retratam sua própria alma, expressando-se por meio de pinturas, leituras, gestos e palavras. Percebe-se que o grupo contribui para o bem estar de cada um dos participantes, há uma troca mutua de conhecimentos, duvidas e alegrias. É notória a vontade que os idosos demonstram em aprender e transmitir conhecimentos adquiridos não

somente no projeto, mas na vida. Por fim, conclui-se que este projeto favorece a qualidade de vida do idoso, além de proporcionar aos acadêmicos de enfermagem e de outras áreas a oportunidade de aprender novas formas de cuidado e atenção à terceira idade, socializar, ampliar e trocar conhecimentos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSIS, M. Envelhecimento ativo e promoção da saúde: reflexão para as ações educativas com idosos. **Revista Atenção Primária a Saúde**, Rio de Janeiro/RJ v.8, n.1, p. 15-24, 2008.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeção da População do Brasil. 2008. Disponível em:
<http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_impresao.php?id_noticia=1272>. Acesso em: 06 Jul 2014.

SILVA, I. M. C; ANDRADE, K. L. Avaliação da qualidade de vida de idosos atendidos em um ambulatório de Geriatria da região nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Clínica Médica**, São Paulo/SP, v. 11, n. 2, p. 129-134, 2013.

SERBIM, AK; FIGUEIREDO, AE. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. **Revista Scientia Medica**. Porto Alegre/RS, v. 21, n. 4, p. 166-172, 2011.

TEIXEIRA, MB. **Empoderamento de idosos em grupos direcionados à promoção da saúde**. 2002. 105 p. Dissertação (Mestrado). Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública. Rio de Janeiro (RJ).

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Rev Saúde Pública**, São Paulo/SP, v. 43, n. 3, p. 548-554, 2009.