

Título: A PARTICIPAÇÃO DOS ACADÊMICOS DA LIGA DE GERIATRIA NO GRUPO DA MELHOR IDADE DA UNIDADE DE ATENDIMENTO BÁSICO SAÚDE DA FAMÍLIA JARDIM GUANABARA II.

Autores: **MORAES**, Fabiana Calaça de; **MENEZES**, Amanda Dominience; **DAVID**, Caroline Ferreira; **DELLA-FLORA**, Lucian Diego; **MESQUITA**, Francielle de Cássia Nayane da Rocha; **SILVA**, Daniel Henrique Candido da; **PORTO**, Celmo Celeno.

Palavras-chave:

Grupo de idosos; Melhor idade; Promoção da saúde do idoso; Terapia ocupacional do idoso.

Introdução (justificativa e base teórica)

A qualidade de vida é uma preocupação constante do ser humano desde o início de sua existência. Seu conceito baseia-se em três princípios fundamentais: capacidade funcional, nível socioeconômico e satisfação, além de poder ser vinculada a componentes como capacidade física, estado emocional, interação social, atividade intelectual, situação econômica e autoproteção da saúde.

No âmbito da velhice, a qualidade de vida está intimamente relacionada à manutenção da autonomia, sendo que com o crescente número de idosos, um dos desafios da saúde é proporcionar uma melhor qualidade de vida e uma velhice mais digna aos idosos.

Nesta fase ocorre um decréscimo do bem estar, devido à diminuição funcional, perda de autonomia, isolamento social, sentimento de inutilidade, insegurança e inferioridade, quadro este que aumenta a chance do idoso vir a adquirir um quadro de depressão. A dor nesta fase passa a possuir um papel de grande importância, já que esta se encontra intimamente ligada a limitações funcionais, sendo que, o quadro algico pode gerar comprometimento na autonomia e independência.

Em países como o Japão e os Estados Unidos da América, os idosos ocupam papéis e tarefas cada vez mais importantes na sociedade, enquanto que em algumas culturas, geralmente seu papel dentro da sociedade é relegado ao segundo plano. Para melhorar a qualidade de vida do idoso deve-se incentivá-lo a exercer papéis significativos, modificando o estereótipo que envelhecer é um sinônimo de inatividade.

**“Resumo revisado pelo Coordenador da Ação de Extensão e Cultura código FM-146: Prof. Dr. Celmo Celeno Porto”.**

Avaliar as condições de vida do idoso reveste-se de grande importância científica e social, por permitir alternativas válidas de intervenção em programas de saúde, políticos e sociais. Como alternativa de melhor inserção social e promoção da saúde, a ideia de grupos de idosos surge como forma de promover o bem-estar das pessoas na terceira idade, particularmente em nosso contexto social, onde os atuais idosos são aqueles que conseguem sobreviver às condições adversas.

Diante dessa panorâmica, a Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia (LAGG) da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás atua de forma a contribuir com o fortalecimento das ações de promoção de saúde e prevenção de doenças na população idosa, por meio de campanhas educativas, pesquisas e acompanhamentos de atividades em que há a interação entre os acadêmicos de diversas áreas da saúde e a comunidade da terceira idade.

#### Objetivos

O idoso muitas vezes é visto pela sociedade como um ser improdutivo e que passa a ser um empecilho para a sociedade. Esses mitos que recaem sobre o idoso acarretam profundas mudanças negativas em relação ao seu estilo de vida.

Devido a uma fase cheia de perdas funcionais e sociais, o idoso apresenta tendência à depressão, causando uma crise existencial que se agrava com a aposentadoria. Para que isso seja remediado, é importante evitar o isolamento social objetivando a continuação da capacidade de prosseguir colaborando e produzindo e, assim, preservar a necessidade de se sentir útil.

Contra isso, é necessário que a terceira idade seja acolhida e valorizada, através de da valorização da sua presença, das atividades que já desempenharam, pela família que construíram, pelas experiências de vida que foram sendo acumuladas ao longo dos anos, podendo através destas, colaborar ativamente com a comunidade.

Percebe-se atualmente que o perfil do idoso na sociedade vem sofrendo mudanças. Ele está mais integrado a atividades sociais, participando dos grupos de terceira idade que estimulam o papel do idoso como ser atuante. A partir desses grupos, os idosos passaram a fazer parte de uma classe participativa onde cada componente é considerado uma pessoa socialmente atuante de acordo com as suas limitações. Toda essa reintegração do idoso à sociedade está proporcionando um processo de envelhecimento bem-sucedido.

Grupos de terceira idade podem lançar mão de atividades lúdicas, laborais, culturais e/ou religiosas que são muito proveitosas, em especial entre idosos. O uso da arteterapia e de atividades físicas propicia ao indivíduo a exploração de suas potencialidades, promovendo a prevenção e mesmo o controle e tratamento de transtornos psicossociais, como a depressão.

Assim, se torna necessário avaliar o quanto a integração e participação junto a esses grupos têm uma repercussão positiva na saúde e bem estar dos idosos que deles participam. Há inúmeros grupos formados e é importante avaliar seu papel na melhoria da qualidade de vida dos idosos, para que assim novas iniciativas surjam e para que aja maior interesse da família, sociedade e governo pela continuidade dessas ações.

#### Metodologia

Os alunos participantes LAGG acompanharam um grupo de idosos, grupo da melhor idade, como eles preferem ser chamados, que se reúnem todas as quintas-feiras em um espaço na Unidade de Atendimento Básico Saúde da Família Jardim Guanabara I. A principal ação dos acadêmicos foi a de simplesmente ouvir e conversar com as idosas do grupo.

Esse grupo existe à aproximadamente dois anos e conta com a participação de cerca de vinte idosas. Tem a supervisão de uma agente de saúde da região e conta com o apoio de todos os outros funcionários da unidade de saúde, incluindo médicas e enfermeiras.

Todas as quintas, a partir das 14h00min, as idosas se reúnem para trocar experiências. Elas ensinam umas as outras a fazer trabalhos manuais como crochê e tricô, e, a partir daí, vendem os trabalhos que elas mesmas fabricam, como mantas e sapatinhos de bebês. Às vezes, há a participação de professores especiais que dão palestras sobre qualidade de vida e ensinam outras atividades, como a pintura e confecção de mosaicos. Outras vezes, as supervisoras realizam bingos com sorteio de pequenos brindes, o que as deixam bastantes excitadas e radiantes em participar da brincadeira.

O grupo se prolonga por toda a tarde e o índice de faltas é mínimo. Ele conta com o apoio integral da unidade e de voluntários da comunidade. São bem-vindos todos os que se interessam em participar ou ajudar, com simples conversas com as idosas ou até mesmo com doações de materiais que elas possam utilizar e que possam ser úteis em algum trabalho.

## Resultados/Discussão

Através da atuação dos alunos com o grupo da melhor idade, pode-se perceber a necessidade de ações como essas para a promoção da saúde do idoso. Ações que visam à atenção integral e cuidado para com o idoso. Com essa participação, tivemos uma troca de experiências bastante positiva. Os idosos se sentiram acolhidos e à vontade para conversarem e os acadêmicos puderam aperfeiçoar e aprender mais sobre o cuidado com a população idosa.

Os alunos vivenciaram a satisfação do grupo em recebê-los e poder conversar com eles sobre tudo o que desejassem. As idosas foram muito receptivas e abertas ao contato. Elas ensinaram os alunos a fazer alguns trabalhos manuais e conversaram sobre seu dia-a-dia e problemas que enfrentam.

Assim, os acadêmicos puderam perceber as necessidades pessoais que os idosos têm, a necessidade de cuidado, apoio e atenção. E puderam também dar uma pequena contribuição para o bem-estar e qualidade de vida dessas idosas. Foi realmente perceptível o quanto participar de grupos e atividades como essas melhoram a condição psicossocial do idoso, garantindo-lhes mais qualidade de vida.

## Conclusão

Os grupos da terceira idade expõem os idosos a novas situações e desafios, norteando sua existência na sociedade em que vivem e permitindo a reintegração tanto entre os participantes como as intergeracionais. Além disso, são oportunidades de promover a autoestima e o resgate da cidadania, incentivar a autonomia, a independência, a autoexpressão e a reinserção social em busca de uma velhice bem-sucedida.

Este novo espaço privilegia ao idoso a possibilidade de extravasamento de emoções, podendo funcionar como canal de comunicação entre idosos e familiares ou entre idosos e profissionais de saúde. O trabalho em grupo estimula o conhecimento dos problemas relacionados ao processo de envelhecimento, tanto profiláticos, de cura e reabilitação, os físicos e psicológicos; resgata a ressocialização.

Os grupos representam tanto um espaço de educação em saúde como uma fonte de estímulo à organização local, pois facilitam o exercício da cidadania, através de projetos comunitários. Constituem-se em alternativa para que as pessoas retomem papéis sociais e/ou outras atividades de ocupação do tempo livre (físicas, de lazer, culturais ou de cuidado com o corpo e a mente) e o relacionamento

interpessoal e social. Agregam pessoas com dificuldades semelhantes e possibilitam o convívio, fato de grande importância visto que a solidão é uma queixa frequente entre idosos.

Trata-se, também, de um mecanismo de facilitação do vínculo entre os profissionais de saúde e usuários e que pode interferir positivamente na adesão ao tratamento e medidas de prevenção. No entanto, faz-se necessária a educação permanente dos profissionais para que se processe a busca de uma compreensão mútua entre os participantes. Outra característica dos grupos refere-se à oportunidade da prática multiprofissional e interdisciplinar, essencial à atenção integral e promoção da saúde.

Ressalta-se dessa maneira, o conceito de saúde, com a prática de grupos da terceira idade à medida que se desenvolvem condições do indivíduo descobrir-se como agente de mudanças na velhice, tanto no nível pessoal como no âmbito social, ampliam-se as possibilidades de resgate do valor inestimável de sua existência na sociedade em que vive.

#### Referências bibliográficas

POZZA, M.S. et al. Análise da qualidade de vida em Grupo de convivência de Idosos. *Ter. man*;6(25):181-185, maio-jun. 2008. graf.

GALISTEU K.J et al. Qualidade de Vida de idosos de um grupo de convivência com a mensuração da escala de Flanagan. *Arq Ciênc Saúde* 2006 out/dez;13(4):209-214.

GARCIA M.A.A et al. Atenção à saúde em grupos sob a perspectiva dos idosos. *Rev Latino-am Enfermagem* 2006 março-abril; 14(2):175-82.

RELATÓRIO NACIONAL BRASILEIRO SOBRE O ENVELHECIMENTO DA POPULAÇÃO BRASILEIRA. Disponível em: <[www2.mre.gov.br/relatorio\\_envelhecimento.doc](http://www2.mre.gov.br/relatorio_envelhecimento.doc)>. Acesso em: 09 de setembro de 2010.