

GRUPOS DE CONVIVÊNCIA: Uma Estratégia de Inserção do Idoso na Sociedade

Juliane Elis Both¹
Marinês Tambara Leite²
Leila Mariza Hildebrandt³
Andressa Carolina Luft Pilati⁴
Bruna Stamm⁵
Leonardo Bigolin Jantsch⁶

RESUMO

O aumento da população idosa se constitui em uma conquista para a sociedade e dentre as alternativas para promoção e participação dos gerentes na comunidade estão os grupos de terceira idade. O objetivo deste estudo é analisar a percepção que idosos do Município de Cândido Godói-RS possuem acerca de sua inserção em grupos da terceira idade. Pesquisa de natureza qualitativa e descritiva, da qual participaram 11 idosos que frequentam um grupo de idosos localizado na área rural do município e 9 gerentes participantes de um grupo situado na área urbana. A coleta dos dados ocorreu por meio de entrevista gravada e seu conteúdo analisado seguindo os preceitos da análise de conteúdo. As informações possibilitaram a construção de uma categoria de análise nominada '*poder participar de um grupo é ter vida*'. Os idosos apontam que o grupo lhes proporciona espaço de escuta, socialização, valorização, manutenção e formação de novas amizades.

Palavras-chave: Idoso, Enfermagem, Prática de grupo

¹Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS. RS/Brasil. Bolsista PET. e-mail: julianeelisboth@hotmail.com.

²Enfermeira, Dra. em Gerontologia Biomédica, Professora Adjunto II do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/ Centro de Educação Superior Norte do RS – UFSM/CESNORS. RS/Brasil, Coordenadora do Projeto. Tutora do Programa PET-Enfermagem UFSM/CESNORS. e-mail: tambaraleite@yahoo.com.br

³Enfermeira, Mestre em Enfermagem Psiquiátrica, Professora Assistente do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte do RS – UFSM/CESNORS. BRASIL, Coordenadora do Projeto. Professora colaboradora do PET. e-mail: leilahildebrandt@yahoo.com.br

⁴Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte do RS – UFSM/CESNORS. RS/Brasil. Bolsista P

⁵Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS. RS/Brasil. Não-Bolsista PET.

⁶Acadêmico do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS. RS/Brasil. Bolsista PET.

INTRODUÇÃO

A crescente expectativa de vida e o aumento da população idosa se constituem em uma conquista para a sociedade. Frente a essa condição, faz-se necessário maior entendimento acerca dessa população, com intuito de implementar medidas que possam contribuir para a promoção e preservação da capacidade funcional desse estrato populacional.

Entende-se a velhice como um fenômeno histórico, social e cultural, multifacetado e multidisciplinar, não se resumindo aos aspectos demográficos. A longevidade é a maior conquista do século XX, e o atendimento a demanda crescente da população idosa torna-se um desafio para as políticas públicas do século XXI. Embora haja um incremento no número de idosos e, também, na produção de conhecimentos acerca desse contingente populacional, o envelhecimento humano ainda é visto como uma história de perdas físicas, mentais e sociais, o que, geralmente, impõe limitações ao indivíduo. Entende-se que a pessoa idosa se caracteriza como um ente biológico que sofre mudanças orgânicas, funcionais e psicológicas próprias com o passar dos anos e, também, como um ser que se inter-relaciona socialmente, dependente das alterações coligadas ao processo de envelhecimento (DALLEPIANE, 2009)

Uma das formas encontradas para a manutenção de idosos na sociedade, com sua autonomia e independência preservada, são os grupos de terceira idade. As atividades em grupos se constituem em uma estratégia que favorece a diminuição das diferenças sociais dos indivíduos desta faixa etária, além de ser uma forma dos idosos manterem-se ativos evitando, consequentemente, a solidão.

Considerando esse cenário, o objetivo deste estudo consiste em analisar a percepção que idosos do Município de Cândido Godói/RS possuem acerca de sua inserção em grupos da terceira idade.

METODOLOGIA

Caracteriza-se por ser um estudo de natureza qualitativa e descritiva, do qual participaram 11 idosos que frequentam um grupo localizado na área

rural e 09 gerontes que participam de um grupo situado no meio urbano do município de Cândido Godói/RS.

A coleta dos dados ocorreu nos meses de janeiro a março de 2011, por meio de entrevista semi-estruturada, gravada e seu conteúdo transcrito na íntegra. Para o idoso centrar sua fala no tema de investigação foram utilizadas as perguntas balizadoras: *Fale acerca de sua vivência a partir de sua inserção no grupo de terceira idade? Quais mudanças ocorreram em sua vida a partir do momento em que o (a) Senhor(a) começou a frequentar o grupo?*

A análise dos dados seguiu os preceitos da análise de conteúdo (BARDIN, 2002). Desse modo, houve leitura, releitura e organização das informações em uma categoria de análise. Os aspectos éticos da pesquisa com seres humanos foram atendidos, e o projeto de pesquisa recebeu parecer favorável do Comitê de Ética na Pesquisa da UFSM sob nº 0314.0.243.000/10.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos entrevistados a maioria 14 (70%) são do sexo feminino e 6 (30%) são do sexo masculino, 16 (80%) são casados e 2 (20%) são viúvos, 18 (90%) são aposentados e a renda média para 90% dos idosos é de um e meio salários mínimos.

A faixa etária variou de 60 a 81 anos de idade, o tempo de participação no grupo é de um a 18 anos e a maior parte frequentou por até cinco anos o ensino formal. Quanto aos problemas de saúde 14 (70%) autoperceberam que possuem algum problema de saúde. Dentre as moléstias a hipertensão arterial sistêmica teve destaque, uma vez que 9 (45%) idosos mencionaram que apresentam alterações nos níveis pressóricos.

Em relação a hipertensão arterial a literatura aponta que sua prevalência aumenta com a idade e sua dimensão depende dos atributos biológicos/demográficos das populações, do estilo de vida em cada uma delas, do ambiente físico e psicossocial, das

características da organização dos serviços e das respectivas interações entre esses os vários elementos (FIRMO; LIMA-COSTA e UCHÔA, 2004).

Categoria: Poder participar de um grupo é ter vida

Com as informações contidas nas falas dos sujeitos deste estudo foi possível, por convergência de idéias, construir uma categoria de análise que versa sobre o entendimento que os idosos possuem acerca de sua participação em grupos de convivência.

Segundo Garcia et al. (2006), os grupos facilitam o exercício da autodeterminação e da independência, pois funcionam como rede de apoio que mobiliza as pessoas na busca de autonomia e de um sentido para a vida, na autoestima e, até mesmo, na melhora do senso de humor, aspectos essenciais para ampliar a resiliência e diminuir a vulnerabilidade. No convívio entre pessoas, criam-se vínculos que possibilitarão o surgimento de organizações ou, no mínimo, o seu incentivo, promovendo a inclusão social.

Em relação à participação em grupos de terceira idade, os sujeitos deste estudo afirmaram que gostam de participar e, além disso, a maioria afirma que, ao frequentar o grupo, ocorreram mudanças positivas na sua vida, principalmente no que diz respeito a valorização, possibilidade de diálogo, formação e manutenção das amizades. Abaixo algumas das falas:

Isto até hoje só traz vantagens pra a gente [...] porque tu sai mais, se diverte mais, encontra amigos faz novas amizades e eu acho que essa convivência deve ser vivida e deve ser aproveitada no máximo que isso não faz mal para ninguém, ao contrário só faz bem (E01).

[...]conversa com os amigos, joga baralho, joga loto e a gente encontra amigos [...] a gente sempre tem amigos para encontra[...] (E04).

[...]a gente se sente bem no meio dos amigos né[...] (E15).

[...]a gente encontra os amigos mais, tenho mais conhecidos que antigamente (E17).

É importante lembrar que velhice não é sinônimo de doença. A saúde e o bem-estar dos idosos estão relacionados intensamente a autonomia e independência que os mesmos possuem. Sabe-se que a solidão, comum nessa fase da vida, predispõe a depressão, doença psiquiátrica, comum entre os idosos que afeta a qualidade de vida e pode resultar em suicídio (OLIVEIRA, GOMES, OLIVEIRA 2006).

Têm-se o risco para a solidão aumentado e evidenciado no envelhecimento, pelo fato que nessa fase da vida muitos idosos já perderam seu núcleo social de trabalho, alguns já ficaram viúvos, perdendo seus entes queridos e geralmente seus filhos já saíram de casa. Neste cenário, as atividades em grupo permitem que o idoso supere seus problemas, insira-se em atividades sociais, relacionais e de movimentos. Na terceira idade, as atividades sociais permitem criação de elos, vias de comunicação entre as pessoas. O grupo tem provocado mudanças de comportamento de idosos e no círculo de amigos, diminuindo a solidão. (VICTOR et al. 2007).

Durante a coleta dos dados pode-se perceber a alegria e gratificação dos idosos em participarem do estudo. É evidente que esta faixa etária sofre algumas discriminações, quanto ao modo de falar, vestir-se e mesmo em relação as formas de lazer. Eles sentem-se muito orgulhosos em poder falar um pouco sobre sua participação no grupo. A maioria revela que o grupo trouxe inúmeras conquistas pessoais. Como mostra a fala

Olha eu realmente participei do grupo de lideranças, fiz aqui o curso de lideranças, participei dos fóruns e tudo, então isso sempre é uma ajuda muito boa pra cada um que pode participa, mas nem todos tem essa chance, então como sempre tava na diretoria eu tinha essa chance de acompanhar. O casal vai junto nos encontros, nos bailes, e a gente encontra amigos, pessoas que a gente muitos anos não tinha mais visto. E tudo isso é uma graça da pra dizer...porque isso é muito bom, realmente quem participa é uma benção (E13).

De acordo com Gáspari e Schwartz (2005), o acesso à informação e à participação ativa em diferentes esferas, possibilita ao idoso diversas oportunidades, nos mais diferentes âmbitos. Isso dá novo

significado à sua existência e sua importância como cidadão, podendo viver sua própria velhice, com efetiva participação na sociedade. Simultaneamente, o idoso também tem se conscientizado acerca da importância de manter hábitos saudáveis de alimentação, de praticar exercícios físicos regulares, de participar em atividades que estimulem o convívio social, de modo a promover seu envelhecimento ativo e sua melhor qualidade de vida.

Gonçalves e Schier (2005) pontuam que o grupo se constitui em espaço de discussão, assim considerado como oportunidade de educação em saúde, torna-se um local terapêutico, no qual os participantes procuraram expor seus sentimentos e sua condição de saúde-doença. Assim o grupo permite uma tomada de consciência. A prática grupal promove a reflexão, gerando dessa forma comportamentos que estimulem a independência e a autonomia no seu viver diário.

CONCLUSÃO

Entender o processo do envelhecimento ativo e saudável é questão fundamental, para que se possam criar estratégias que promovam a saúde dos gerontes. É fundamental compreender, que envelhecer é um processo normal, é uma parte do ciclo. Não há como evitar, portanto quanto maiores foram os conhecimentos, melhor será a forma de atenção ao idoso.

O envelhecimento se constitui em uma etapa do ciclo da vida, um processo natural. Portanto considera-se que os profissionais de saúde devam propor intervenções que promovam o envelhecer saudável, uma vez que o estilo e os hábitos de vida influenciam diretamente nas condições de saúde da população. Também, é relevante a permanência em atividades grupais, pois nelas o idoso encontra, en-

tre outros benefícios, um espaço de acolhimento, escuta e atenção. É importante ressaltar que os grupos de terceira idade podem funcionar como um espaço de educação permanente/continuada em saúde, além de funcionarem como uma rede de informações.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, L. Análise de conteúdo. Trad. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 2002.
- DALEEPIANE, L.B. (org.) Envelhecimento Humano: campo de saberes e práticas em saúde coletiva. Ijuí: Ed. Unijui, 2009-312p.
- FIRMO, J.O.; LIMA-COSTA, M F; UCHÔA, E. Projeto Bambuí: maneiras de pensar e agir de idosos hipertensos. *Cad. Saúde Pública*, 2004; 20(4):1029-1040.
- GARCIA M.A.A; YAGY, GH; SOUZA, CS, Odoni APC, Frigério RM, Merlin SS. Atenção à saúde em grupos sob a perspectiva dos idosos. *Rev Latino-am Enfermagem* 2006 março-abril; 14(2):175-82.
- GÁSPARI, J.C; SCHWARTZ, G.M. O Idoso e a resignificação emocional do lazer. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 2005. 21(1):69-76.
- GONÇALVES, L.H.T; SCHIER, J. “Grupo Aqui e Agora” – Uma tecnologia leve de ação socioeducativa de enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, Santa Catarina; 14(2): 271-9. 2005.
- OLIVEIRA, D.A.A.P.; GOMES, L.; OLIVEIRA, R.F. Prevalência de depressão em idosos que frequentam centros de convivência. *Rev Saúde Pública*. São Paulo; 40(4):734-6, 2006.
- VICTOR, J F; et al. Grupo Feliz Idade: cuidado de enfermagem para a promoção da saúde na terceira idade. *Rev Esc Enferm USP* 2007; 41(4):724-30. www.ee.usp.br/reeusp/