

GRUPO DE CONVIVÊNCIA DE IDOSAS: EXPERIÊNCIA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19

LARISSA BIERHALS¹; DAIANE MENDES NUNES²; CAROLINE DE LEON LINCK³

¹*Universidade Federal de Pelotas – larissabierhals29@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas - daianenunes2008@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – carollinck@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

No Brasil, os idosos são definidos como a população com idade igual ou superior a 60 anos de idade (MINAYO; FIRMO, 2019). As estimativas demonstram que o envelhecimento populacional tem significativo aumento em todo o mundo. Sendo assim, ambientes de apoio onde as pessoas idosas se sintam acolhidas e possam desenvolver suas habilidades são importantes para o envelhecimento ativo (PAHO, 2018).

O envelhecimento ativo se dá através da participação contínua nas questões sociais, econômicas, espirituais, culturais e civis, além do protagonismo e autonomia no que diz respeito à saúde e segurança (Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 2020). Sendo assim, os grupos de convivência de idosos são uma estratégia de cuidado de baixo custo e capazes de promover o envelhecimento ativo (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

Os grupos de convivência de idosos configuram uma forma holística de cuidado e proporcionam qualidade de vida. Os encontros possibilitam a promoção e a prevenção da saúde destas pessoas, influenciando positivamente no bem-estar físico, emocional e social (GOMES *et al.* 2020).

Nesta perspectiva em 1989, foi criado o grupo “Semente da amizade”, representado pelo Projeto de Extensão Assistência de Enfermagem ao Idoso da Vila Municipal. Durante seus 30 anos de história, tem o intuito incentivar os vínculos sociais entre o grupo de convivência e a produtividade para promover o envelhecimento ativo.

O objetivo deste resumo é relatar sobre as ações remotas com o Grupo “Semente da Amizade” durante o período de distanciamento social decorrente da pandemia causada pelo novo coronavírus.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência sobre a operacionalização de um Projeto de Extensão que acompanha um grupo de idosas e que precisou se reinventar para manter esta atividade durante o período de distanciamento social.

Desde março de 2020, o contato com o grupo vem acontecendo de forma remota, pelo grupo no aplicativo de mensagens instantâneas *whatsapp* e por ligações telefônicas. Este grupo era utilizado apenas para contatos breves e para dispersão de informações para as integrantes e passou a representar uma nova abordagem para a manutenção deste, a fim de manter, de forma remota, o grupo ativo.

Diariamente, as integrantes do grupo enviam mensagens, vídeos e fotos sobre como estão, sobre seus familiares, animais de estimação e trabalhos

artesanais que fazem durante o distanciamento. Foram enviados materiais informativos referentes aos cuidados relacionados à prevenção da COVID-19 e orientações sobre a conduta em casos suspeitos ou confirmados e vídeos elaborados pelo Projeto de Extensão Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção à Saúde (PICs-RAS), publicados no canal do YouTube.

Além disso, foi produzido um infográfico sobre os cuidados que a população idosa precisa ter para a prevenção da infecção pelo novo coronavírus. Visto que, para esta população, a COVID-19 pode evoluir rapidamente e resultar em óbito.

Como nem todas conseguem ter acesso frequente ao grupo, a professora orientadora do projeto fez contato com elas e realizou o repasse para o grupo. Para os próximos meses, planeja-se o contato mais frequente e direito, através de ligações telefônicas com enfoque na escuta terapêutica, para todas as integrantes.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante da atual situação pandêmica enfrentada no Brasil e no mundo, o grupo precisou se adequar à isso, resultando em desafios para a promoção da saúde para o grupo de idosas. Dado que o grupo existe há 30 anos, muitas das idosas o frequentam há mais de 10 anos. É um compromisso marcado para elas, já que, todas as terças-feiras à tarde, tinham este encontro. Desde que foi decretado, pela portaria nº 343 de 17 de março de 2020, a suspensão das atividades presenciais de Universidades e outras instituições de ensino, decorrente da pandemia pelo novo coronavírus, as ações extensionistas também foram interrompidas (BRASIL, 2020). Sendo importante repensar a extensão a fim de manter o vínculo e parte das atividades respeitando a necessidade de distanciamento social.

De modo geral, é observada uma dificuldade da população idosa de se manter em distanciamento social (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020), principalmente quando se trata de idosos ativos que desempenham diferentes papéis na comunidade, como no caso das integrantes deste projeto. Porém, este comportamento não é evidenciado pela maioria das integrantes do grupo de convivência, visto que elas se mantêm em casa, demonstrando compreensão sobre os riscos de exposição, caso optem por sair sem necessidade.

Cabe destacar aqui que as idosas em questão em sua maioria apresentam uma boa rede de suporte social, seja no contexto familiar ou no grupo “Semente da Amizade”. A manutenção das atividades no formato remoto propiciaram as idosas um espaço de convivência virtual em que elas podem além de compartilhar sua rotina e se informar, também compartilhar sentimentos, angústias, emoções e esperança. Percebe-se a importância deste espaço virtual quando as conversas desenvolvidas no grupo demonstram o apoio mútuo e a empatia entre as idosas nos momentos de maior fragilidade.

Observa-se nas interações também que as idosas buscam se manter informadas sobre o cenário da pandemia, solicitando esclarecimentos de notícias divulgadas na mídia, orientações sobre condutas domiciliares e orientações de saúde em geral. Além disso, buscam promover e compartilhar atividades, músicas e trabalhos manuais, ideias para manterem-se ativas mesmo isoladas e afastadas fisicamente.

Os grupos de convivência de idosos, propiciam uma rede de apoio mútua, que são resultado do vínculo criado e da sensação de pertencimento (PALUDO, 2019). A participação em grupo, ajuda na criação de uma própria linguagem, sobretudo para as idosas participantes há mais de 10 anos. Sendo assim,

constituem uma forma de cuidado importante e necessária no atual contexto, mesmo que seja feita de forma virtual.

Foi observado também que as idosas manifestam sentir falta dos encontros presenciais, das conversas, da alegria, dos abraços, das trocas contínuas, o que evidencia que o grupo é importante para elas e contribui para o seu envelhecimento ativo mesmo diante do distanciamento social e pausa nas atividades presenciais do referido grupo de convivência.

4. CONCLUSÕES

O presente trabalho auxiliou na reflexão sobre a importância do grupo de convivência, não apenas durante encontros presenciais, como também na interação remota. Além disso, possibilitar um canal de diálogo, em que seja possível compartilhar medos, inseguranças e anseios neste período de incertezas é fundamental para manter o vínculo e proporcionar apoio às idosas.

Salienta-se também a importância da extensão apresentar um caráter dinâmico capaz de se adaptar às diferentes situações sem perder sua essência, interação com a comunidade, compartilhar saberes, promover espaços saudáveis de convivência respeitando os valores e a cultura de cada indivíduo e/ou grupo. Neste sentido a utilização de tecnologias de comunicação como grupos de *whatsapp* podem contribuir significativamente para a manutenção de atividades remotas de extensão, como neste projeto.

Contudo, precisa-se de uma forma mais efetiva de contato com as idosas. Este contato sendo um canal que possibilite o diálogo e a promoção de cuidados e do envelhecimento ativo mesmo em tempos de pandemia e distanciamento social.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Portaria nº 343 de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus – COVID-19. **Diário Oficial da União**, Brasília, 18 março 2020. Acesso em 21 set 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>

GOMES, A.C.M.S.; MEDEIROS, K.A; SOARES, A.K.M.; COSTA RRAB, VIEIRA K.F.L.; LUCENA, A.L.R. Qualidade de vida em idosos participantes de centros de convivência: uma revisão integrativa. **Rev Fun Care Online**. 2020 jan/dez; 12:579-585

HAMMERSCHMIDT, K.S.A.; SANTANA, R.F. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, 2020.

MINAYO, M.C.S; FIRMO, J. O. A. Longevidade: bônus ou ônus?. **Ciênc. saúde colet.** Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, 2019.

Organização Pan-Americana de Saúde. Folha informativa - Envelhecimento e saúde. 2018. Acessado em 21 de setembro de 2020. Online. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5661:folha-informativa-envelhecimento-e-saude&Itemid=820



PALUDO, M.G.B. **Sentidos atribuídos por idosos à participação em um grupo de convivência.** 2019. 78 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Tuiuti do Paraná. 2019. 78p.

Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG). Envelhecimento ativo. 2020. Acessado em 21 de setembro de 2020. Online. Disponível em: <https://sbgg.org.br/espaco-cuidador/envelhecimento-ativo/>

VERAS, R. P.; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Revista Ciência & saúde coletiva**, v. 23, n. 6, p. 1929-1936, 2018.