

## GRUPO DE CONVIVÊNCIA DE IDOSAS: ADAPTAÇÃO DAS ATIVIDADES DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

LARISSA BIERHALS<sup>1</sup>; AMANDA BARTH GOMES<sup>2</sup>; CAROLINE DE LEON LINCK<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – larissabierhals29@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – barthamanda98@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – carollinck15@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Em 26 de fevereiro de 2020 foi confirmado o primeiro caso de COVID-19, doença causada pelo novo coronavírus, no Brasil (BRASIL, 2020). No dia 11 de março de 2020, quando se tinha registro de 118.000 casos confirmados de COVID-19 em 114 países e 4.291 mortos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a situação como pandemia (WHO, 2020).

Durante a pandemia, a população idosa ganhou destaque devido aos riscos potenciais causados pela infecção pelo novo coronavírus. Por conta disso, as autoridades sanitárias direcionaram estratégias de cuidados específicos para esta população (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020). Uma das estratégias foi o isolamento social.

É necessário considerar que os idosos estabelecem hábitos de vida e criam uma rotina própria, como o contato com familiares, amigos e grupos aos quais frequentam. O rompimento desse contato pode trazer problemas de ordem física e mental, uma vez que foram estabelecidos com base nas experiências de toda a vida. A mudança de rotina gera angústia e até mesmo resistência, já que pode representar, para eles, a perda de autonomia (VELHO; HERÉDIA, 2020).

A exemplo, os idosos que realizavam algum tipo de atividade remunerada antes da pandemia, precisaram cessar. O que causou instabilidade financeira para muitas famílias que dependiam dessa renda e prejudicou o custeio das demandas de saúde desses idosos (FAUSTINO *et al.*, 2020).

Frente às atividades que deixaram de ocorrer no cenário da pandemia temos os grupos de convivência de idosos como o “Semente da Amizade”, que está vinculado a um projeto de extensão da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEl). Este é composto por idosas ativas que realizavam atividades cotidianas com independência e autonomia antes da pandemia, atividades como rotinas domésticas, autocuidado, pagamento de contas, cuidado dos netos, venda de artesanatos e a participação nos encontros presenciais deste e de outros grupos.

Com a finalidade de manter o vínculo entre as idosas, e destas com o projeto de extensão, ofertando um espaço de diálogo e informação a fim de contribuir na manutenção da saúde das idosas no cenário da pandemia, o Projeto foi adaptado para a modalidade virtual. Desse modo, este trabalho tem por objetivo relatar as atividades remotas realizadas com o grupo de convivência “Semente da Amizade”.

### 2. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência sobre as adaptações realizadas para que o grupo de idosas, que é acompanhado pelo Projeto de Extensão Assistência de Enfermagem ao idoso da Vila Municipal, se mantivesse em atividade mesmo durante o distanciamento social.

Desde março de 2020, o contato com o grupo tem acontecido através do aplicativo de mensagens instantâneas *WhatsApp* e ligações telefônicas para as participantes que não possuem acesso à internet ou que não possuem conta no aplicativo. Neste espaço, são compartilhados vídeos, fotos e materiais informativos sobre temas variados.

A partir de junho de 2021, ocorreram chamadas de vídeo com as idosas que possuem acesso à internet e disponibilidade para participar de encontros virtuais. Essas chamadas de vídeo são realizadas nas terças-feiras à tarde, que era o dia e horário que o grupo costumava se reunir na Unidade Básica de Saúde (UBS) da Vila Municipal.

A plataforma utilizada para os encontros virtuais é o *Google Meet* e a duração das chamadas é de aproximadamente uma hora.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O grupo de *WhatsApp* tem sido utilizado como recurso para propagar materiais de interesse para as idosas: informes sobre a pandemia, vídeos sobre plantas medicinais, sobre formas de realizar atividades físicas em casa, a importância do uso da máscara e orientações sobre a vacinação. Este espaço é utilizado para compartilhar informações sobre saúde, qualidade de vida e lazer de fontes seguras e confiáveis, mantendo as idosas atualizadas. Além disso, no grupo virtual de *WhatsApp* as idosas trocam experiências sobre o cotidiano, se apoiam frente às dificuldades e comemoram vitórias individuais e familiares, minimizando a distância e a falta de interação social.

A fim de ampliar a interação do grupo e retomar as reuniões que ocorriam semanalmente no Projeto de Extensão, se implementaram, desde junho de 2021, encontros virtuais com as idosas. Foram realizadas quatro chamadas de vídeo entre junho e julho de 2021. Nas atividades presenciais participavam em média 14 idosas, destas, dez estão ativas no grupo de *WhatsApp*, no entanto nos encontros virtuais apenas quatro idosas conseguiram participar, estas demonstraram motivação e alegria, principalmente, em conversar com as outras idosas. Além delas, participam dos encontros virtuais a assistente social da UBS que integra o Projeto de Extensão, a discente bolsista do projeto, a voluntária e a orientadora.

Essas atividades coletivas são momentos para as idosas sanarem suas dúvidas sobre a vacinação, sobre marcação de consultas, para contarem sobre sua rotina em casa e para mostrarem artesanatos que têm feito. Em todos os encontros são lidos poemas, de Cora Coralina, Mario Quintana e outros.

Os grupos de convivência são relevantes para a promoção do bem estar físico, emocional e social (GOMES *et al.*, 2020). Durante o isolamento social, demonstraram ser importantes para o resgate da rotina construída antes da pandemia e para a inserção de atividades diferentes à rotina estabelecida após a pandemia.

A partir das experiências vivenciadas até o momento, foi possível perceber que as idosas estão interessadas e motivadas em participar dos encontros. Nestes, relataram a saudade dos encontros presenciais, a falta de interação com as demais

integrantes do grupo, as atividades cotidianas neste período da pandemia e as dificuldades de acesso à internet e para utilizar os meios tecnológicos.

Segundo Santana, Aragão e Bernardo (2021), os idosos possuem dificuldades em manusear os aparelhos eletrônicos, gerando medo e insegurança. Diversos deles não têm acesso à internet por conta da condição financeira, alguns têm um acesso limitado e outros não conseguem se adaptar às tecnologias. Ambas situações geram a necessidade da criação de intervenções direcionadas, diferenciadas e específicas para esses idosos, de uma maneira que facilite o entendimento dos mesmos acerca das tecnologias para que se transforme em uma forma de distração e de mantê-los informados durante o isolamento social.

Em relação a isso, foi possível visualizar essas situações dentro do grupo de idosas. Uma delas relatou que só conseguia acessar a sala virtual para participar do encontro mediante o auxílio de algum familiar. Outras relataram dificuldades no acesso à internet por conta da região.

A pandemia do Covid-19 fez com que os idosos se afastassem das funções cotidianas por conta da necessidade do isolamento social para evitar a disseminação do vírus e o agravamento da doença, principalmente por pertencerem à um grupo de risco. O afastamento dos familiares, das atividades rotineiras, dos amigos e dos grupos de convivência, gerou um sentimento de tristeza, depressão, ansiedade, dentre outros fatores nos idosos. Muitos não são aposentados e dependiam do trabalho para sobreviver, por conta do distanciamento social e da pandemia em si, vários desses idosos acabaram se prejudicando, o que agravou os fatores mencionados (SANTOS; BRANDÃO; ARAÚJO, 2020)

As atividades remotas se configuram como possibilidades frente ao cenário da pandemia, no entanto para os idosos o uso da tecnologia pode representar uma barreira devido às dificuldades de acesso, de compreensão dos aparelhos eletrônicos e suas tecnologias. Em função disso, muitas atividades que visam a interação dos idosos estão comprometidas. No entanto, ressalta-se a necessidade de investimentos na qualificação destas atividades e na ampliação de acesso da população idosa às tecnologias, a fim de que se aproximem mais facilmente da nova forma de comunicação (MENDES *et al.*, 2020).

Apesar das dificuldades identificadas na implementação das reuniões virtuais, os esforços para a realização destes encontros são válidos, visto que as idosas participantes, já demonstraram ter incorporado o horário da chamada de vídeo ao seu cotidiano, além de relatarem como benefícios destes, se reencontrar com o grupo, amenizar a saudade e a distância. Por isso, as discentes e a orientadora do projeto planejam continuar com os encontros, realizando mudanças e adaptações a fim de ampliar o número de participantes.

#### 4. CONCLUSÕES

Embora as metas ainda não tenham sido atingidas, é inegável a importância de adaptar as atividades de extensão ao contexto das idosas e aproximar o máximo possível do cotidiano anterior à pandemia. Proporcionar um espaço para que as idosas possam se ver, mesmo que pela tela de um aparelho de celular, ouvir e serem ouvidas, se mostrou um diferencial na vida delas.

Portanto, pretende-se continuar as adaptações do grupo ao meio virtual, até que seja possível o retorno dos encontros presenciais.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Brasil confirma primeiro caso do novo coronavírus.** Governo do Brasil, Brasília, 26 fev. 2020. Acessado em 23 jul. 2021. Online. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/02/brasil-confirma-primeiro-caso-do-novo-coronavirus>

FAUSTINO, C. G.; LEVY, R. B.; CANELLA, D. S.; OLIVEIRA, C.; NOVAES, H. M. D. Income and out-of-pocket health expenditure in living arrangements of families with older adults in Brazil. **Cad. Saúde Pública**, v. 36, n. 3, 2020.

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. **R. pesq.: cuid. fundam. online**, p. 579-585, 2020.

HAMMERSCHMIDT, K. S. A.; SANTANA, R. F. SAÚDE DO IDOSO EM TEMPOS DE PANDEMIA COVID-19. **Cogitare enferm**, v. 25, 2020.

MENDES, J. R.; CORRÊA, C. M.; ANDRIGO, F. F.; GALINDO, G. A. A.; PEREIRA, M. M. N.; XIMENES, M. D.; ROSA, T. M. S.; FERREIRA, M. L. C. R.; PEREIRA, S. M. M. R.; FERREIRA, M. C. Ações educativas em alimentação e nutrição através de tecnologias digitais para um grupo de idosos durante pandemia de Covid-19. **Raízes e Rumos**, Rio de Janeiro, v.8 n.1, p. 223-233, 2020.

SANTANA, R. S. de; ARAGÃO, L. I. S. de; BERNARDO, K. J. C. Intervenção psicossocial online com idosos no contexto da pandemia da COVID-19: Um relato de experiência. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 6, n. 16, p. 69–83, 2021.

SANTOS, S. da S.; BRANDÃO, G. C. G.; ARAÚJO, K. M. da F. A. Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19  
Social isolation: a look health elderly mental during the COVID-19 pandemic  
Aislamiento social: una mirada a la salud mental de los ancianos durante la pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, e392974244, 2020.

VELHO, F. D.; HERÉDIA, V. B. M. O Idoso em Quarentena e o Impacto da Tecnologia em sua Vida. **Rosa dos Ventos**, Caxias do Sul, v. 12, n. 3, 2020. Acessado em 27 jul. 2021.

WHO. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March.** World Health Organization, Geneva, 11 mar. 2020. Acessado em 23 jul. 2021. Online. Disponível em: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>