

A IMPORTÂNCIA DO RETORNO PRESENCIAL DO GRUPO DE CONVIVÊNCIA “SEMENTE DA AMIZADE”

AMANDA BARTH GOMES¹; LARISSA BIERHALS²; CAROLINE DE LEON LINCK³

¹*Universidade Federal de Pelotas – barthamanda98@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – larissabierhals29@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – carollinck15@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Em março de 2020, a OMS decretou a pandemia do COVID-19 mundial, impossibilitando os encontros presenciais pelo fato da alta taxa de contaminação do vírus (OMS, 2020). Em função disso, o distanciamento social se tornou necessário, principalmente para os grupos de risco, sendo um deles os idosos. Então, momentos de lazer com amigos, familiares e atividades tiveram que ser readaptados em um formato online, o que ocasionou um prejuízo à saúde mental e física das pessoas idosas (RIBEIRO *et al.*, 2020)

Além disso, o isolamento social fez com que muitos idosos se afastassem da sua rotina, por conta do medo da exposição e contaminação do vírus SARS-CoV-2. Isso gerou sentimentos negativos como ansiedade, depressão, mudanças comportamentais, diminuição do contato social e até mesmo ideações suicidas. (BRANDÃO, 2022)

Após esses dois anos de pandemia e da percepção de sentimentos negativos nas participantes do grupo de convivência "Semente da Amizade", vinculado ao Projeto de extensão "Assistência de Enfermagem ao Idoso da Vila Municipal" da Faculdade de Enfermagem da UFPEL foi destacada a necessidade do retorno das atividades presenciais. Participam desse projeto, idosas ativas e que, em função da pandemia, tiveram que se readaptar, reinventar e até mesmo se afastar das famílias e dos grupos que participavam, isso gerou um misto de sensações e sentimentos como angústia, saudade e o medo do que poderia acontecer.

Segundo SOUZA (2021), muitos idosos ativos tiveram que se reinventar e se adaptar aos meios tecnológicos para conseguir manter o contato com sua rede de apoio, prática de exercício físico e novos momentos de lazer. O problema é que muitos desses idosos apresentam dificuldade para manusear os equipamentos ou não possuem acesso a uma rede de Internet, o que acaba afastando esses indivíduos do seu possível convívio social durante a pandemia do COVID-19.

Diante disso, o objetivo deste trabalho é destacar a importância do retorno do grupo de convivência "Semente da Amizade" como forma de incentivar a readaptação às atividades presenciais de socialização, cuidado em saúde e geração de renda, reconstruir e fortalecer o vínculo entre as participantes, a equipe do projeto e da Unidade Básica de Saúde da Vila Municipal em prol de um envelhecimento ativo e saudável.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência da bolsista e da participante voluntária acerca do retorno das atividades presenciais desenvolvidas no Projeto de Extensão Assistência de Enfermagem ao Idoso da Vila Municipal. Os encontros estão acontecendo desde o dia três de maio de 2022 até o presente momento, as idosas têm compartilhado os sentimentos vivenciados durante o pico da pandemia que perduraram até

hoje, retomaram a produção dos artesanatos e estão organizando materiais para participar de uma feira, a fim de expor e vender suas produções.

Durante a pandemia, o contato com o grupo acontecia através de mensagens enviadas pelo aplicativo *Whatsapp*, também eram enviadas fotos e vídeos com temas variados para alertar as mesmas. Em junho de 2021, foi proposta uma ideia de realizar chamadas de vídeo com as idosas que possuíam internet no mesmo horário dos encontros presenciais, nas terças pela tarde. Esses encontros virtuais duraram até abril de 2022.

Com o avanço da vacinação, surgiu a possibilidade da realização de encontros presenciais com as idosas, as mesmas foram avisadas e ficaram muito felizes ao saber que as atividades iriam retornar. As idosas consideram o grupo como uma rede de apoio, de suporte, pois compartilham histórias de vida entre si. Além disso, o grupo se constitui como um espaço de lazer e trocas afetivas, espaços que foram podados no período de distanciamento social. Por esse motivo a volta dos encontros presenciais tornam-se essenciais na manutenção do envelhecimento ativo e saudável.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades presenciais são realizadas na Unidade Básica de Saúde da Vila Municipal, todas as terças-feiras, às 14h. Os encontros iniciam com uma roda de conversa sobre como foi a semana de cada uma, após isso as idosas são incentivadas a continuar realizando projetos artesanais, como a pintura de panos de prato, construção de flores em feltro e costuras que serão vendidos e a renda obtida revertida para o funcionamento do grupo.

No momento, onze idosas estão participando ativamente do grupo, é importante destacar que ambas se consideram uma rede de apoio, compartilhando histórias particulares entre si. Durante a pandemia algumas idosas, apresentaram sinais e sintomas de depressão, pela dificuldade de encontrar os amigos e realizar momentos de lazer, como o grupo de convivência, por conta da pandemia do COVID-19. Inclusive neste período o vínculo das idosas com a UBS se fragilizou, o que vem sendo retomado gradativamente a cada encontro.

Em decorrência do isolamento social, sentimentos como tristeza, estresse, raiva, medo e saudade tornaram-se cada vez mais evidentes na população idosa. Isso acabou gerando um aumento no número de casos de depressão e ansiedade, pelo fato de muitos idosos terem medo de contrair a COVID-19 ou que seus parentes sejam acometidos pelo vírus (CUNHA *et al.*, 2022).

Em função disso, a retomada dos encontros presenciais tornaram-se essenciais para manter o convívio e promover a manutenção da saúde física e mental das mesmas. Além de incentivar um envelhecimento ativo, através de atividades lúdicas e culturais, visando a promoção de autonomia e independência dessas idosas, como visto na figura um.

Esses encontros instigam o acolhimento das idosas, promovendo a verificação do estado geral das participantes. Através da escuta ativa e do olhar clínico, é possível criar estratégias de educação em saúde para o grupo e ações direcionadas de forma individual para as mesmas, promovendo o cuidado de forma integral.

4. CONCLUSÕES



Considera-se que o objetivo proposto no trabalho foi atingido, visto que foram realizadas as atividades propostas no retorno presencial. Os encontros foram permeados de afeto e com grande participação das idosas, reforçando a ideia de que o grupo é uma rede de apoio entre as participantes, a equipe do projeto e da Unidade Básica de Saúde da Vila Municipal.

Todas as atividades até o momento foram realizadas para que as idosas se sentissem confortáveis em compartilhar seus medos, inseguranças e suas lembranças felizes. No momento está sendo realizada a confecção dos artesanatos, costura e construção de flores em feltro, além de rodas de conversas e aferição da pressão arterial de todas as participantes.



Figura 1: Produção de flores em feltro.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRANDÃO, Renata Ferraz Alves dos Santos. **Saúde mental de pessoas idosas frente a pandemia de COVID-19:** uma revisão narrativa. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) - Ciências Sociais e da Saúde, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2022.

CUNHA, Camila Abreu Pinto; SIQUEIRA, Bianca da Rocha; SOUSA, Marianna Ramalho de; JÚNIOR, Hélcio Serpa de Figueiredo. A saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n° 2, 2022. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9636>> Acessado em: 28 jul. 2022.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Histórico da pandemia de COVID-19**. 2020. Acessado em: 28 jul. 2022. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>

RIBEIRO, Olívia Cristina Ferreira; SANTANA, Gustavo José de; TENGAN, Ellen Yukari Maruyama; SILVA, Lucas William Moreira da; NICOLAS, Elias Antônio Nicolas. Os impactos da Pandemia da Covid-19 no lazer de adultos e idosos. **Licere**, v. 23, nº 3, Belo Horizonte, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25456/19779>> Acessado em: 28 jul. 2022.

SOUZA, Larissa Medeiros de. **Percepções de idosos sobre envelhecimento ativo e distanciamento social no contexto da pandemia da COVID-19**. 2021. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Ciências da Reabilitação) - Faculdade de Ciências da Saúde do Tairi, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2021.