

A SAÚDE MENTAL NA VELHICE E A NECESSIDADE DE DEBATES EM AULAS ABERTAS

GRAZIELE GERHARDT¹; ANA CRISTINA GOMES²; CHAIANE DA SILVA CONTREIRA³; GABRIELE VOLZ BARALDI⁴; TAISHA CARVALHO ALVES⁵; ZAYANNA CHRISTINE LOPES LINDÔSO⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas - grazielegerhardt28@gmail.com*

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

³*Universidade Federal de Pelotas - chaiane05.sls@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas - gabrielevbaraldi@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas - taishacarvalho9@gmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – zayanna.lindoso@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

O Programa de Terapia Ocupacional em Gerontologia (PRO-GERONTO), é um projeto unificado com ênfase em extensão e com ações de ensino e pesquisa, desenvolvido para beneficiar os idosos da comunidade através de intervenções no campo da Terapia Ocupacional. O principal objetivo do projeto é promover a qualidade de vida, a autonomia e a independência dos idosos, contribuindo para seu bem-estar, integração social e buscando proporcionar um envelhecimento mais ativo, mediante a prevenção do declínio cognitivo, adaptações e ressignificação das habilidades do idoso para a manutenção do seu engajamento em atividades significativas para o mesmo (LINDÔSO et al., 2020).

No que se refere às ações de ensino, o PRO-GERONTO realiza atividades complementares de educação em saúde, como a Aula Aberta do PRO-GERONTO, ação de ensino que tem como objetivo ampliar as discussões acerca do envelhecimento e tudo que o circunda, contextualizando também a prática terapêutica ocupacional. As aulas acontecem em forma de palestras. Os palestrantes convidados são terapeutas ocupacionais, preferencialmente, ou demais profissionais com experiências na área da Gerontologia.

Um dos temas já abordado nas aulas abertas foi sobre a saúde mental de pessoas idosas (título divulgado: "A Saúde Mental dos Idosos"). A temática foi trazida por uma terapeuta ocupacional de Porto Alegre. Trata-se de um assunto de extrema importância a ser discutido nessa fase da vida, pois impacta significativamente nas atividades cotidianas e no bem-estar. Alterações na saúde mental de pessoas idosas podem acarretar em dificuldades na realização de atividades cotidianas e escolhas que possam ser significativas para essas pessoas. Portanto, o tema escolhido corrobora com a prevalência das demandas relacionadas a essa temática.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

As Aulas Abertas do PRO-GERONTO são direcionadas a discentes matriculados no Curso de Terapia Ocupacional da UFPEL. Inicialmente, as aulas abertas são organizadas e projetadas para abordar uma variedade de temas relevantes. A disciplina obrigatória do curso denominada Fundamentos da Saúde do Idoso, serve de base na escolha dos temas e também são realizadas pesquisas de opinião entre os alunos extensionistas para essas escolhas, especialmente temas das quais os estudantes sentem falta ou desejam saber mais. A periodicidade dessas aulas são variadas. Geralmente elas acontecem duas vezes

em cada semestre e têm duração de 60 minutos, sendo destinado o período de 30 minutos para exposição do palestrante e 30 minutos para o debate com os alunos.

Assim que o tema é escolhido já se inicia uma votação entre os alunos extensionistas para escolher o próximo tema da aula aberta. A divulgação das aulas abertas é feita pelos estudantes extensionistas responsáveis pelas redes sociais do PRO-GERONTO e nas publicações são divulgadas as informações sobre os palestrantes, o tema e o link de inscrição. Sempre são ofertadas 50 vagas. O local de realização das aulas abertas é a sala de Webconferência da UFPel especialmente criada para essa finalidade. A busca pelos profissionais que ministrarão as palestras é feita pelos estudantes extensionistas que compõem a equipe da ação Aula Aberta do PRO-GERONTO.

No mês de abril desse ano foi realizada a aula mais recentemente com o tema "A Saúde Mental do Idoso", ministrada por uma terapeuta ocupacional da cidade de Porto Alegre - RS. A Terapeuta Ocupacional ressaltou a importância do papel do profissional em diversos cenários como clínicas, reabilitação, domiciliar e hospitalar. Ela destacou também que a pandemia teve impactos significativos para pessoas idosas, gerando ansiedade e depressão pelo isolamento social, destaque esse confirmado no estudo de Viana et al. (2020). Além disso, a palestrante apresentou alguns pontos necessários para o envelhecimento saudável tais como, a atividade física, atividade cognitiva, socialização e alimentação saudável. Dessa forma, é importante que haja melhorias na qualidade de vida e bem-estar mental dos idosos.

Durante a interação com a Terapeuta Ocupacional, os discentes fizeram perguntas pertinentes ao tema abordado e participaram de um momento de troca de informações, permitindo o esclarecimento de dúvidas. Entre as perguntas realizadas, destacou-se: "Como a Terapia Ocupacional pode auxiliar nas questões relacionadas à solidão e ao isolamento social dos idosos?" Outra questão relevante foi: "Que tipos de intervenções a Terapeuta Ocupacional pode realizar em diagnósticos de demência?"

A interação entre a profissional e os alunos foi muito positiva. Todas as perguntas foram respondidas de forma clara e detalhada. Isso foi importante para o processo de aprendizado dos alunos, pois contribuiu no aumento do conhecimento, ofereceu referências na construção desse conhecimento e serviu como fonte de motivação para atuar na área. Além disso, proporcionou aos discentes a oportunidade de refletir sobre o tema abordado.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se, que os conteúdos das Aulas Abertas do PRO-GERONTO são fornecidos, majoritariamente, por profissionais de Terapia Ocupacional com experiência declarada em Gerontologia. Esses profissionais abordam temas escolhidos pelos alunos do projeto através de uma votação aberta, permitindo que os participantes selecionem os tópicos sobre os quais desejam se aprofundar, como, por exemplo, "A Saúde Mental dos Idosos".

Embora desafios possam surgir, como a dificuldade em se inscrever ou a falta de tempo para assistir às aulas, todas as sessões ficam disponíveis no drive do projeto. Além disso, os temas não escolhidos numa determinada ocasião podem ser retomados em futuras aulas abertas.

Cada aula aberta proporciona uma reflexão única. Tanto os alunos do projeto quanto os demais alunos do Curso de Terapia Ocupacional se beneficiam dessas aulas, que têm como objetivo proporcionar um aprendizado complementar, ou seja, para além do conteúdo visto em sala de aula, focando em



temas centrais relacionados ao envelhecimento e às pessoas idosas.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LINDÔSO, Z.C.L. et al. O Programa de Terapia Ocupacional em Gerontologia (PRO-GERONTO) como Espaço para o Cuidado do Idoso na Comunidade. In: MICHELON, F.F.; BANDEIRA, A.R. (Orgs.) **A extensão universitária nos 50 anos da Universidade Federal de Pelotas**. Pelotas: Editora da UFPel, 2020, p.297-309.

VIANA, S.A.A. et al. Impacto na Saúde Mental do Idoso durante o período de Isolamento Social em virtude da disseminação da doença COVID-19: uma revisão literária. **Diálogos em Saúde**, João Pessoa, v.3, n.1, p. 1 - 16, 2020.