

GRUPO “SEMENTE DA AMIZADE” COMO ESPAÇO DE INTERAÇÃO SOCIAL NO CENÁRIO PÓS PANDEMIA

CAROLINE RIBEIRO LIMA¹; HELENA KRUMREICH MALTZHAN²;
IZABELLE CARVALHO QUITETE³; JADE VOLPATO BRUM⁴; CAROLINE DE LEON LINCK⁵

¹*Universidade Federal de Pelotas – carolinelima0505@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – krumreich.helena@gmail.com*

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

⁴*Universidade Federal de Pelotas – volpatojade@outlook.com.br*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – carollinck15@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Este estudo destaca a importância dos grupos de convivência como uma forma de resgatar a socialização perdida e minimizar as consequências do distanciamento imposto pela pandemia de COVID-19, principalmente as pessoas idosas. No cenário pandemico entre as medidas empregadas para diminuir a propagação da doença, o distanciamento foi uma das principais estratégias implementadas. No entanto, alguns estudos mostram um impacto negativo na qualidade de vida desses idosos, na perda de vínculos interpessoais, acarretando em problemas psicológicos e físicos (Romero *et al*, 2021).

Nesse contexto, os grupos de convivência ganham destaque como ambientes exclusivos, de qualidade ofertados às pessoas idosas. Que proporcionam o aprimoramento da criatividade, conexões interpessoais e buscam trazer experiências novas aos componentes do grupo, para que de alguma forma incentive a sua participação e resulte de maneira favorável na saúde mental da população idosa (Forcelini; Merino, 2024).

Desta maneira, ao se observar as consequências vivenciadas hoje pelas pessoas idosas que enfrentaram a pandemia, como o sentimento de solidão, angústia, tristeza e até mesmo a sensação de abandono (Danzmann; Vestena; Carlesso, 2023) os grupos de convivência representam estratégias importantes para este enfrentamento.

A partir do exposto pretende-se com este relato apresentar a experiência do Grupo Semente da Amizade como um espaço potente de interação social. Este grupo está vinculado ao Projeto de Extensão “Assistência ao Idoso da Vila Municipal”, é coordenado pela Faculdade de Enfermagem da UFPEL. Tem como objetivo geral, desenvolver uma forma de atuar no contexto da saúde da pessoa idosa, na perspectiva do envelhecimento ativo e do cuidado multidimensional, investindo em ações de promoção da saúde, socialização, inclusão social, geração de renda, autocuidado e qualidade de vida.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência realizado a partir das vivências no projeto de extensão “Assistência ao Idoso na Vila Municipal”. Este representa uma parceria entre a Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas, a Unidade Básica de Saúde (UBS) da Vila Municipal, e a Associação Beneficente Luterana de Pelotas. Este projeto recebe idosos de diferentes bairros, geralmente indicados por

participantes do grupos, ou após realizar alguma interação na UBS. No momento o grupo conta com a participação efetiva de 15 idosas.

O projeto precisou ser reestruturado em função do cenário pandêmico, que resultou no afastamento de muitas idosas. O retorno aos encontros semanais foi gradual, devido ao receio persistente de contrair a doença e às sequelas enfrentadas por aquelas que foram acometidas pela COVID-19. Esse processo de retomada das atividades ocorreu de forma lenta e cuidadosa, respeitando as condições e limitações de cada participante. Além disso, foi criado em 2020 um grupo no WhatsApp que permanece ativo, representando outra forma de interação, possibilitando além da troca de informações, um meio de comunicação entre as idosas.

Os encontros do projeto são realizados semanalmente, às terças-feiras, com a participação de quatro acadêmicas de enfermagem e de uma docente da UFPel como coordenadora. Fundado em 1989, este projeto é um dos mais antigos em funcionamento na Faculdade de Enfermagem, propõe uma forma de interação entre a universidade e a comunidade externa, pessoas idosas.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Realizam-se encontros semanais, complementados por estratégias de interação no contexto pós-pandemia para reestruturar os grupos. Entre essas iniciativas, destacam-se ações de autocuidado como a dança circular, o escaldar pés, a roda de terapia comunitária, através da parceria com outro projeto de extensão da Faculdade de Enfermagem (PICRAS), auriculoterapia, eventos como festa junina e oficinas de artesanato, que promovem a reintegração das participantes e fortalecem o vínculo social.

As consequências pós-pandemia, como a redução da autonomia, os sintomas depressivos, as limitações físicas, a insônia, provocada pela ansiedade e pelo isolamento prolongado, além da redução de contato físico, impactaram significativamente a vida dos idosos, reduzindo o bem-estar social e emocional e dificultando a retomada da normalidade (Danzmann; Vestena; Carlesso, 2023).

No período pós-pandemia, muitas idosas apresentaram fragilidades, como dificuldades no deslocamento até a UBS, complicações de algumas comorbidades e dificuldades para realizar atividades básicas da vida diária (como se vestir, se alimentar e realizar a própria higiene) ou instrumentais (como uso de transportes, fazer compras, organizar as finanças). No entanto, foi possível observar o esforço semanal para conseguir participar das atividades coletivas presenciais do grupo.

Os grupos de convivência para pessoas idosas têm um impacto significativo na promoção da qualidade de vida. Esses espaços favorecem a socialização, o compartilhamento de experiências e a criação de vínculos afetivos, oferecendo aos participantes uma oportunidade de expressar seus sentimentos, dialogar abertamente sobre suas vivências e fortalecer sua autoestima (Casemiro; Ferreira, 2020).

Ao longo dos encontros as idosas compartilham suas atividades da semana, trocam experiências, rememoram a vida antes da pandemia, se apoiam no enfrentamento ao luto, e discutem o processo de solidão e reorganização familiar. Estas trocas são fundamentais, pois muitas vezes, as pessoas compartilham sentimentos e enfrentam problemas semelhantes. Isso permite elaborar estratégias de superação dos desafios e reconhecer lições, que podem ser valiosas para a vida de cada um.

Durante os encontros, observa-se o quanto as trocas são positivas, e como os encontros fortalecem os vínculos sociais das idosas, promovendo bem-estar e

acolhimento. Algumas participantes, mesmo enfrentando dificuldades, fazem questão de comparecer pelo menos uma vez por mês para rever suas colegas do projeto reforçando a relevância do projeto para como espaço de interação social positiva.

Além disso, o grupo proporciona experiências práticas que enriquecem o desenvolvimento profissional dos acadêmicos. As alunas destacam o aprendizado adquirido ao acompanhar as histórias e os desafios das idosas, ressaltando que essa vivência não apenas amplia seus conhecimentos técnicos, mas também contribui significativamente para sua formação pessoal.

4. CONSIDERAÇÕES

Os grupos de convivência com idosos geram impactos positivos tanto na comunidade quanto na universidade. Na comunidade, promovem o bem-estar e a inclusão social dos idosos, fortalecendo vínculos e proporcionando atividades que estimulam a saúde física e mental. Já na universidade, esses grupos contribuíram para o desenvolvimento acadêmico, ampliando o aprendizado dos estudantes em práticas interdisciplinares e no cuidado gerontológico, além de fomentar a responsabilidade social e a interação com a realidade local.

O projeto ainda está em fase de reorganização devido a eventos como a pandemia e as enchentes, e as novas necessidades em saúde das pessoas idosas. Estamos constantemente buscando formas de reintroduzir práticas que possibilitem a continuidade das atividades, o acolhimento, o estímulo à autonomia, e reforcem o grupo como espaço de interação social seguro e eficaz, seja nos encontros presenciais ou nas trocas virtuais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASEMIRO, N. V.; FERREIRA, H. G.. Indicadores de saúde mental em idosos frequentadores de grupos de convivência. **Revista da SPAGESP**, v. 21, n. 2, p. 83-96, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7603388> Acesso em: 18 de set. 2024.

CEOLIN, T.; OLIVEIRA, S. G. (Coord.). Projeto de Extensão - **Práticas integrativas e complementares na rede de atenção em saúde**. Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2024.

DANZMANN, P. S.; VESTENA, L. T. ; CARLESSO, J. P. P. Consequências sociais, psicológicas e físicas na saúde mental das pessoas idosas na pandemia da COVID-19. **Perspectivas em Psicologia**, v. 26, 2023. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/download/65023/35429/304680>. Acesso em: 06 de ago. 2024.

FORCELINI, F.; MERINO, G. S. A. D.. Grupos vinculados ao NETI-UNAPI: características e implicações. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v. 21, n. 49, p. 32-49, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/97592> Acesso em: 05 de set. 2024.

PEREIRA, M. D. *et al.* A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão

integrativa. **Research, Society and development**, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548/4043> Acesso em: 06 de ago. de 2024.

ROMERO, D. E. *et al.* Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. **Cadernos de saúde pública**, v. 37, n. 3, p. e00216620, 2021. Disponível em:
<https://www.scielosp.org/pdf/csp/v37n3/1678-4464-csp-37-03-e00216620.pdf> Acesso em: 5 de set. 2024.