

EXPERIÊNCIA DE ESTUDANTES COM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DE PESSOAS IDOSAS

HELENA KRUMREICH MALTZHAN¹; CAROLINE RIBEIRO LIMA²; IZABELLE CARVALHO QUITETE³; JADE VOLPATO BRUM⁴; CAROLINE DE LEON LINCK⁵

¹*Universidade Federal de Pelotas – krumreich.helena@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – carolinelima0505@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

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2020, p.3), em 2030, uma em cada seis pessoas terá 60 anos ou mais. No Brasil esta realidade não se difere tanto, estima-se que o país ocupe a quinta posição em número de idosos. Sob essa ótica, o Ministério da Saúde (2022) destaca a importância de promover condições que permitam aos idosos manterem uma qualidade de vida elevada, o que inclui acesso a cuidados de saúde adequados, atividades físicas regulares, alimentação balanceada e apoio social.

Desta forma é fundamental investir em medidas que visem o envelhecimento saudável, o qual é definido como um processo de promoção e manutenção da capacidade funcional que garante o bem-estar na velhice (OMS, 2015). Para promover esse processo, é necessário implementar ações que assegurem a independência, autonomia e a participação social dessa população.

Nesse sentido, os grupos de convivência para idosos são fundamentais para o envelhecimento saudável. Esses espaços oferecem oportunidades de socialização, aprendizado e desenvolvimento pessoal para pessoas com mais de 60 anos. O principal objetivo desses grupos é promover a integração social, fortalecer os laços comunitários e melhorar a qualidade de vida dos participantes (Meneses et.al, 2021).

Os grupos de convivência para idosos também desempenham um papel importante no estímulo à saúde mental e emocional. Esses espaços ajudam a reduzir o isolamento social, que é um dos principais fatores de risco para depressão e outras doenças associadas ao envelhecimento. Além disso, o convívio com pessoas da mesma faixa etária facilita a troca de experiências e a criação de vínculos, promovendo um ambiente de apoio mútuo que estimula a autonomia e a confiança dos participantes (Wichmann et al., 2013).

Quando estes grupos estão associados a programas e projetos de extensão universitária além dos benefícios a população usuária temos impactos diretos e indiretos para os estudantes enquanto agentes sociais com potencial de transformação da realidade. A extensão universitária representa um espaço de inserção precoce do estudante na realidade das comunidades, aproximando a academia da população. Assim, o objetivo é fortalecer o vínculo entre a universidade e a sociedade, para promover a troca mútua de conhecimentos. Ademais, esses projetos e programas são fundamentais para auxiliar no crescimento pessoal e profissional do estudante visto que possibilita a formação de profissionais com um olhar humanitário, responsabilidade e compromisso social (Leobett et al., 2023).

Nesta perspectiva pretende-se discutir as atividades experienciadas junto ao grupo de convivência “Semente da Amizade”, o qual está vinculado ao projeto de

extensão “Assistência de Enfermagem ao Idoso da Vila Municipal”, da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma bolsista de extensão sobre o acompanhamento de um grupo de convivência para pessoas idosas que ocorre na Unidade Básica de Saúde Vila Municipal a partir de uma parceria entre a Faculdade de Enfermagem da UFPel e a Associação Beneficente Luterana de Pelotas.

O grupo “Semente da Amizade” integra o projeto Assistência ao Idoso na Vila Municipal, o qual foi fundado em 1989, tendo por objetivo o desenvolvimento de ações de educação em saúde com enfoque no envelhecimento ativo, o desenvolvimento do cuidado multidimensional do idoso, a busca pela autonomia e integração social. Além de representar um espaço de apoio e troca de afetos, resgatando o valor da vida e a importância do idoso enquanto um ser de direitos. Os encontros do grupo ocorrem todas as terças feiras das 14 às 17 horas, contam com a participação efetiva de 15 idosas, de quatro acadêmicas de enfermagem e de uma docente da UFPel como coordenadora.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Destaca-se que o grupo “Semente da Amizade” vem desempenhando um papel essencial na promoção da saúde física, mental e social dos idosos através de atividades laborativas como pinturas em tecidos, cestaria, crochê, artesanato com feltro, entre outros. O projeto não apenas estimula as habilidades motoras das idosas, mas também promove a autoestima, ao permitir que expressem sua criatividade e sintam-se produtivas. Destaca-se que os produtos confeccionados nas oficinas de artesanato são vendidos em feiras e exposições locais, sendo os valores revertidos para o custeio de passeios e festas do grupo, além disso o conhecimento compartilhado nas oficinas pode colaborar na geração de renda para as próprias idosas.

Observa-se como essas atividades desempenham um papel significativo na promoção do bem-estar, não só para os idosos, mas também das estudantes envolvidas. Elas ajudam a manter a mente ativa, ao mesmo tempo em que oferecem um espaço para socialização, o que é essencial para a saúde mental e emocional. Essas interações no grupo também contribuem para o desenvolvimento profissional das estudantes enquanto futuras enfermeiras, ensinando sobre a importância da paciência, da criação de vínculo e do incentivo à autonomia. Além disso, o desafio de se adaptar e aprender novas habilidades para se integrar ao grupo aumentou a autoestima das estudantes, fazendo com que se sentissem produtivas e competentes.

Outrossim, promove atividades de educação em saúde e autocuidado coletivas, como palestras e rodas de conversa com temática relevantes para as pessoas idosas, no primeiro semestre se discutiu sobre as Infecções sexualmente transmissíveis no contexto do idoso. Segundo dados do Ministério da Saúde (2022), o número de casos registrados de sífilis em 2011 foi de 18.243, sendo 4.414 em pessoas com 60 anos ou mais. Já em 2022, esse número subiu para 79.587 casos, com 13.052 ocorrendo em indivíduos idosos. Esses dados evidenciam a preocupação em abordar uma temática de relevância para o grupo e de importância na saúde pública.

Outro tema abordado foi a leptospirose, considerando as enchentes que atingiram o estado e o município. As estudantes iniciaram discutindo a definição da doença e as formas de contaminação, ressaltando o risco de exposição durante a

limpeza das áreas alagadas e a importância do uso de equipamentos de proteção, como luvas e botas. Em seguida, discutiram a importância da higienização das residências e utensílios após enchentes. Por fim, foram abordadas estratégias para prevenir a presença de roedores, com foco na eliminação de fontes de alimento e abrigo, especialmente lixos orgânicos mal armazenados. Para as estudantes, essa experiência foi enriquecedora, já que, como futuras enfermeiras, a educação em saúde é uma prática que estará presente em suas vidas profissionais. Ademais, puderam colaborar e ser úteis, especialmente em um contexto tão relevante, devido às enchentes recentes que impactaram a região.

Salienta-se ainda que desde o primeiro semestre do Curso de Enfermagem, somos incentivados a enxergar a saúde como um sistema multidimensional, que abrange aspectos físicos, psicológicos, sociais e culturais, e não apenas a ausência de doenças (Muller, 2023). Nesta perspectiva as ações realizadas em parceria com o projeto "PIC-RAS" (Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção à Saúde), como a dança circular, o escaldá pés, a meditação guiada e a roda de terapia comunitária, são exemplos de abordagens que integram essa perspectiva holístico do cuidado às pessoas idosas.

Além disso, no projeto as estudantes orientadas e a coordenadora do projeto também desenvolvem ações de cuidado individuais como a escuta terapêutica, orientações sobre o uso correto de medicações, avaliação de exames, aferição de pressão arterial e aplicação de auriculoterapia. Essas práticas, tanto tradicionais quanto integrativas, promovem uma visão completa do ser humano e reforçam a complexidade do cuidado ao idoso. Ao valorizar a saúde em todas as suas dimensões, elas proporcionam um ambiente de suporte e aprendizado, essencial para promover um envelhecimento ativo e saudável.

Outra necessidade que se identificou ao longo dos encontros foi de apoiar e orientar o uso de tecnologias como as diferentes funcionalidades do smartphone, a fim de manter as idosas inseridas no mundo digital. A tecnologia pode ser um instrumento poderoso de conexão social, reduzindo os sentimentos de solidão e isolamento por meio do acesso a redes de apoio e entretenimento (Benedita et.al, 2023). O processo de ensinar as idosas a utilizarem as funcionalidades do smartphone apresentou-se desafiador para as estudantes, uma vez que demandou tempo, paciência e a adaptação de ferramentas. Para facilitar o aprendizado, elas criaram mapas mentais e dedicaram-se a aplicar uma abordagem acessível. Essa experiência demonstrou a importância da aprendizagem de tecnologia para as idosas e evidenciou o empenho delas em adquirir essas habilidades. A tecnologia mostrou-se um instrumento valioso de conexão social, capaz de reduzir o isolamento e promover a inclusão digital, proporcionando mais autonomia e interação social.

4. CONSIDERAÇÕES

A experiência dos estudantes no grupo de convivência com pessoas idosas destaca a importância dessa iniciativa para atingir os objetivos propostos, promovendo impactos significativos tanto na comunidade quanto na universidade. O projeto mostrou-se um espaço de aprendizado, fortalecendo vínculos sociais e estimulando a saúde física e mental das idosas, ao mesmo tempo que contribuiu para o desenvolvimento acadêmico e profissional das estudantes, proporcionando uma vivência prática das competências necessárias ao cuidado gerontológico e à responsabilidade social.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BENEDITA, Cristiane *et al.* **Inclusão digital e seus benefícios para os idosos.** Kairós Gerontologia, [S. I.], v. 26, n. 33, 2023. DOI: 10.61583/kairs.v26i33.27. Disponível em: <https://kairosgerontologia.com.br/index.php/kairos/article/view/27>. Acesso em: 23 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Boletim temático da Biblioteca do Ministério da Saúde: saúde do idoso.** Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em:https://bvsms.saude.gov.br/bvs/boletim_tematico/saude_idoso_outubro_2022-1.pdf Acesso em: 02 setembro 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Doenças de Condições Crônicas e Infecções Sexualmente Transmissíveis. **Boletim Epidemiológico Sífilis.** – Brasília: Ministério da Saúde, n. especial, out. 2022.

LEOBETT, Jaqueline Steffler *et al.* A importância da extensão universitária: programa amigos da reciclagem. **Revista Extensão & Sociedade da UFRN.** v.15. n.1, 2023. DOI: <https://doi.org/10.21680/2178-6054.2023v15n1ID31050>. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/extensaoesociedade/article/view/31050>. Acesso em: 04 setembro 2024.

MENESES, Kuan Ferraz *et al.* Concepção de pessoas idosas sobre grupos de convivência. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online.** v.13, p. 123-129, 2021. DOI: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v13.7928>. Disponível em: <https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/7928>. Acesso em: 02 setembro 2024.

MÜLLER, Zilma *et al.* Instrumentos de avaliação multidimensional aplicados ao cuidado de enfermagem da pessoa idosa hospitalizada. **Nursing Edição Brasileira**, [S. I.], v. 26, n. 304, p. 9916–9925, 2023. DOI: 10.36489/nursing.2023v26i304p9916-9925. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/3126>. Acesso em: 23 set. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Decade of healthy ageing: plan of action.** Genebra: OMS, 2020. Disponível em: https://www.who.int/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-plan-ofaction?sfvrsn=b4b75ebc_25. Acesso em: 02 setembro 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde.** Genebra: OMS, 2015. Disponível em: <https://www.who.int/es/initiatives/decade-of-healthy-ageing>. Acesso em: 03 de setembro 2024.

WICHMANN, Francisca Maria Assmann *et al.* Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia.** v.16, p. 821-832, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1590/S18098232013000400016>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/MZNRCXPFPYrFLgqg8GRGZm/?lang=pt>. Acesso em: 04 setembro 2024.