



# ATUAÇÃO DE ESTAGIÁRIOS DE UM CURSO TÉCNICO EM CUIDADOS DE IDOSOS FRENTE A UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA PARA IDOSOS

Andreisi Carbone Anversa <sup>1</sup>  
Danize Aparecida Rizzetti <sup>2</sup>

## INTRODUÇÃO

O acelerado ritmo de crescimento da população idosa tem sido acompanhado pelo aumento da prevalência de doenças crônicas e degenerativas, fato que evidencia a necessidade de mudança nos paradigmas de saúde. Esta não é mais medida pela presença ou não de doenças, mas pelo grau de preservação da capacidade funcional; ou seja, a habilidade que a pessoa apresenta para realizar atividades que lhe possibilitem cuidar de si mesmo e gerir sua vida (PINTO et al., 2016).

Entendido como um processo progressivo, o envelhecimento é, muitas vezes, acompanhado pela diminuição das funções fisiológicas e, conseqüentemente, das capacidades físicas e cognitivas, gerando maior vulnerabilidade e aumentando o risco de institucionalização e/ou abandono do idoso (MAZO, LOPES, BENEDETTI, 2009). O rompimento de vínculo familiar e social pode provocar sentimentos de mágoa, tristeza, desamparo, desprezo, desrespeito e solidão (CORTELETTI, CASARA, HERÉDIA, 2010), comprometendo a qualidade de vida do indivíduo.

Para enfrentar essa realidade, é necessário estimular a independência e autonomia dos idosos, visando prolongar o máximo possível sua convivência no ambiente familiar e na comunidade. O êxito dessas ações depende da corresponsabilidade da família, dos governantes e da sociedade como um todo. Nesse contexto, Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Estratégias de Saúde da Família (ESF), como espaços de referência na promoção da saúde nas comunidades, devem incentivar a manutenção de vínculos familiares e sociais do

---

<sup>1</sup> Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica, da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS); Docente do Departamento de Ensino do Colégio Politécnico, Universidade Federal de Santa Maria – RS, [andreisianversa@hotmail.com](mailto:andreisianversa@hotmail.com);

<sup>2</sup> Docente do Departamento de Ensino do Colégio Politécnico, Universidade Federal de Santa Maria – RS, [danize.rizzetti@gmail.com](mailto:danize.rizzetti@gmail.com);



idoso, desenvolvendo atividades que estimulem a capacidade funcional e a socialização dos mesmos (GUIMARÃES et al., 2016).

Assim, grupos de convivência planejados em UBS e ESF têm sido uma alternativa para o cuidado e a melhoria da saúde física e mental de idosos nas comunidades. Constituem uma forma de interação, inclusão social e uma maneira de resgatar a autonomia, melhorar a capacidade funcional e, conseqüentemente, a qualidade de vida dessa população (WICHMANN et al., 2013). Estes grupos propiciam o aprimoramento e desenvolvimento de habilidades, a obtenção de mais conhecimentos para promoção da saúde e o compartilhamento e exploração de potencialidades pelos idosos (DA SILVA, 2018).

Nesse sentido, o trabalho do técnico em cuidados de idosos nos grupos de convivência torna-se muito importante, tendo em vista que será mediador da relação idoso-família-comunidade. Enquanto sujeito envolvido no processo de cuidar, este profissional acompanha a rotina dos idosos, estabelecendo vínculos, exercendo ações de cuidado e propondo atividades de forma atenciosa e humanizada, respeitando a individualidade de cada um.

Desse modo, este trabalho tem o objetivo de relatar a experiência de estagiários do curso Técnico em Cuidados de Idosos do Colégio Politécnico da Universidade Federal de Santa Maria ao desenvolverem atividades junto a um Grupo de Convivência para Idosos, vinculado a uma unidade de saúde da cidade de Santa Maria, RS.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência de alunos do Curso Técnico em Cuidados de Idosos do Colégio Politécnico da UFSM em um grupo de convivência para idosos, vinculado a uma unidade de saúde do município de Santa Maria, Rio Grande do Sul. O estágio supervisionado foi realizado no período de setembro a outubro do ano 2019, por meio de encontros semanais matutinos, na própria UBS/ESF. Todas as ações foram acompanhadas e orientadas por uma professora do referido curso.

Inicialmente, as estagiárias fizeram visitas domiciliares a idosos, com o intuito de conhecê-los, verificar as condições de vida e a rotina de cada um, assim como divulgar informações sobre o grupo de convivência, no sentido de convidá-los a fazer parte do mesmo, já que neste momento o grupo estava em fase de formação e consolidação na comunidade. Para os idosos que aceitaram participar, foram propostos encontros semanais, presenciais em uma sala da UBS/ESF, a qual era destinada a atividades coletivas à comunidade.



Nesses encontros foram realizadas rodas de conversa e palestras sobre diversos temas, como também momentos de escuta atenciosa aos idosos. Além disso, diferentes atividades foram desenvolvidas, como: o planejamento e o preparo coletivo de lanches saudáveis; o contato com instrumentos musicais, cantos e danças; atividades físicas, recreativas e jogos. Essas atividades visavam à integração e descontração do grupo, à mobilidade dos idosos, o estímulo à memória e o incentivo à expressão de sentimentos e emoções (os quais eram compartilhados com o grupo).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que tem causado uma série de mudanças na sociedade. À medida que a população envelhece, aumenta a demanda por recursos físicos, técnicos e humanos para a manutenção do idoso no ambiente familiar e inserido na comunidade, principalmente se esse estiver fragilizado. Nesse sentido, cabe ressaltar que as diferentes esferas de governo possuem a responsabilidade de proporcionar condições para que a pessoa idosa permaneça no espaço familiar e social, o que exige, portanto, uma ação articulada junto à sociedade (DA SILVA, 2018).

As atividades de natureza grupal assumem importância relevante nesse contexto, propiciando um espaço de escuta e de socialização para a população idosa. Quando se trata de socialização, os grupos de convivência vêm sendo uma excelente alternativa para as pessoas que passam pelo processo de envelhecimento. Além de possibilidade de integração social, os idosos buscam nesses grupos melhorias tanto nos aspectos físicos, quanto nos cognitivos e emocionais (WICHMANN et. al, 2013).

Nessa perspectiva, nas rodas de conversas realizadas pelas estagiárias junto aos idosos do grupo de convivência relatado, foram abordados temas de educação em saúde, como, por exemplo, os benefícios da alimentação saudável. Durante esse momento foi realizada a entrega de panfletos informativos, os quais abordavam a importância da alimentação saudável, descreviam exemplos de alimentos ricos em componentes importantes para a saúde dos idosos, como fibras, cálcio e proteínas, além de apresentarem os “*Dez Passos para uma Alimentação Saudável*” descritos no Guia Alimentar para População Brasileira. Ademais, também foram elaborados cartazes com gravuras de alimentos e, para encerrar, foi aplicado um questionário sobre hábitos alimentares aos idosos. A atividade foi bastante produtiva, tendo em vista que todos os idosos participaram ativamente da proposta, interagindo com as estagiárias e entre si.



Ao término da roda de conversa, estava proposta ainda a realização de um lanche saudável e coletivo, em que cada idoso contribuiu levando uma fruta. Dessa maneira, os idosos ajudaram a preparar uma salada de frutas, ocasião na qual discutiram em conjunto e aplicaram os aprendizados da roda de conversa.

Com o objetivo de descontrair o ambiente, em outro encontro, um estagiário e um idoso da comunidade levaram seus violões e, após a roda de conversa, os idosos escolheram músicas para serem tocadas e cantadas pelo grupo. Foi um momento de confraternização e alegria, em que todos participaram cantando, tocando, dançando, sorrindo. As dinâmicas proporcionaram uma interação grande entre os idosos, estimularam o diálogo, a escuta e a expressão de sentimentos. Ao final, os mesmos relataram que se sentiram acolhidos e respeitados através do compartilhamento de histórias, vivências e memórias.

Em alguns momentos do estágio supervisionado também foram realizadas atividades físicas e dinâmicas de grupo que estimularam a mobilidade e a cognição. Dentre as atividades físicas realizadas, foi proposta algumas tarefas utilizando bambolês, nas quais estes materiais foram posicionados no chão e os idosos deveriam pular dentro dos mesmos, de acordo com a cor solicitada pelas estagiárias. Além da mobilidade, esta atividade estimulou a percepção visual e auditiva, a atenção, a orientação espacial e o equilíbrio, sendo bem aceita pelos idosos, que participaram de forma unânime.

Desenvolveu-se também uma dinâmica utilizando músicas, na qual os idosos foram até o pátio da unidade de saúde, formaram um círculo e cada um cantou uma música que marcou a sua vida, relatando as lembranças que a canção despertava. Tal ação resgatou memórias e emoções, sendo um momento bastante emocionante para todos que estavam presentes.

Por fim, os encontros no grupo de convivência para idosos proporcionaram momentos prazerosos e de integração entre todos os participantes. Houve a promoção da saúde e o compartilhamento de informações e conhecimentos, o estímulo e valorização do diálogo e da escuta atenciosa e o incentivo à expressão de sentimentos e emoções. Os idosos tornam-se protagonistas de ações que contribuíram para o seu bem-estar, autonomia, independência e qualidade de vida.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No decorrer do estágio, os estudantes puderam aliar os conhecimentos teóricos (adquiridos nas disciplinas ao longo do curso) à prática, a qual é tão essencial para a formação



técnica. Adicionalmente, ao estarem vinculados a uma unidade de saúde, conseguiram contribuir para a comunidade local, fomentando seu papel social enquanto alunos de uma Instituição Pública.

As atividades realizadas possibilitaram que as estagiárias ratificassem a importância da escuta atenta e humanizada no cuidado à pessoa idosa, bem como a relevância do envelhecimento ativo e integrado a comunidade. Além disso, planejar e executar dinâmicas grupais instigou os alunos a compreenderem o contexto em que estavam inseridos e os aspectos culturais e sociais dos idosos que participaram do grupo.

Nesse viés, evidencia-se a heterogeneidade do processo de envelhecimento. É notório que cada indivíduo é único e carrega consigo suas histórias de vida, sua personalidade, seus gostos, angústias e alegrias. Paralelamente, o grupo de convivência possibilita o acolhimento e o respeito a essas individualidades, mas também, potencializa trocas, diálogos, partilhas e aprendizados. Assim, ressalta-se a importância de experiências - como as descritas neste trabalho - tanto para o percurso formativo dos alunos, como Técnicos em Cuidados de Idosos, quanto para o bem-estar dos idosos.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Idosos; Grupo de Convivência; Socialização; Técnico em Cuidados de Idosos.

## REFERÊNCIAS

CORTELETTI, I. A.; CASARA, M.B.; HERÉDIA, V.B.M. Idoso asilado: Um estudo gerontológico. Caxias do Sul. EDUCS. PORTO ALEGRE: **EDIPUCRS**, 2010.

DA SILVA, R.D. Grupo de convivência: percepção dos idosos em uma unidade básica de saúde. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v.6, n.3, p. 432-438, 2018.

GUIMARÃES, A. C., et al. Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, v.11, n.2, p. 443-452, 2016.

MAZO, G. A; LOPES, M. A.; BENEDETTI, T. B. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. 2. ed. Porto Alegre: **Sulina**, 2009. 236p.

PINTO, A.H., et al. Capacidade funcional para atividades da vida diária de idosos da Estratégia de Saúde da Família da zona rural. **Ciênc. e Saúde Coletiva**, v. 21, n.11, p. 3545-3555, 2016.

WICHMANN, F. M. A., et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v.16, n.4, p. 821-832, 2013.