

GRUPO DE IDOSOS: UMA CONTRIBUIÇÃO PARA O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Simone Lorena Dantas Cirne¹
Jéssica de Medeiros Lima¹
Nadjara Marciele do Nascimento Silva¹
Luciane Paula Batista Araújo de Oliveira²

¹ Acadêmicos do 6º período da graduação em Enfermagem – Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí (FACISA)/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN).

² Enfermeira. Mestre. Professora da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí (FACISA)/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN).

Introdução: Diante da realidade inquestionável das transformações demográficas iniciadas no último século e que nos fazem observar uma população cada vez mais envelhecida, evidencia-se a importância de garantir aos idosos não só uma sobrevivência maior, mas também uma boa qualidade de vida. Em um contexto de envelhecimento populacional, os programas de promoção da saúde do idoso são cada vez mais necessários. Em geral, os programas convergem em ações que privilegiam o envelhecimento ativo, com foco em uma longevidade que preserva a capacidade funcional e o estímulo à autonomia. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem em um grupo de convivência de idosos. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência que se propõe a descrever a vivência de acadêmicos de enfermagem em um grupo de convivência para idosos. Foi desenvolvida nos meses de março e abril de 2013 e teve como cenário uma Unidade de Saúde da Família localizada no município de Santa Cruz-RN. **Relato de Experiência:** As reuniões do referido grupo de idosos ocorrem todas as segundas feiras em uma USF localizada na zona urbana, sendo sempre

organizadas pelos discentes sob a coordenação de uma docente do curso de enfermagem com o apoio dos profissionais da equipe de saúde da família. Planejamos o encontro para a comemoração do dia Internacional da mulher, data esta especial, onde percebemos a necessidade de ressaltar a importância deste dia. Durante o encontro houve a realização da dinâmica sobre o tema acima mencionado, abordando a valorização da mulher por suas conquistas, como também a importância da mulher idosa com suas experiências. A participação no grupo de Idosos nos possibilitou uma reflexão para a importância do diálogo permitindo a troca de saberes no processo do conhecimento, compartilhando momentos vividos por cada um, contribuindo assim, para a inclusão social da pessoa idosa. Nota-se nos momentos de descontração o fortalecimento de laços de solidariedade, convivência e socialização entre o grupo, por meio das conversações e sentimentos expostos. **Conclusão:** Observou-se que os grupos de convivência além de serem instrumentos de acolhimento, promovem promoção, prevenção e reabilitação para os idosos e um bom espaço de ensino aprendizagem para os futuros profissionais de saúde. Servindo para trocas de experiências, habilidades, esclarecimentos, garantindo uma melhor qualidade de vida à pessoa idosa, favorecendo a modificação de hábitos, com finalidade de estimular o idoso a ter independência e autonomia em suas atividades, resgatando a vontade de viver, tornando a velhice mais ativa e saudável.

Palavras-chave: Enfermagem; Promoção em saúde; Envelhecimento.