

GRUPOS DE CONVIVÊNCIA: UMA NOVA PERCEPÇÃO

Jéssica Sousa Freitas; Lindomar de Farias Belém; Nícia Stelita da Cruz Soares; Wanessa Crystiane de Souza

Universidade Estadual da Paraíba ascom@uepb.edu.br

RESUMO

Esse trabalho tem como objetivo geral avaliar a utilidade das aulas fornecidas aos idosos no grupo de convivência e as mudanças ocorridas no âmbito social, emocional e do conhecimento. Esse trabalho trata-se de um estudo pesquisa ação, tendo como instrumento o uso de questionário contendo apenas perguntas abertas. Usou-se como critério de inclusão a participação do idoso no grupo de convivência, onde a amostra foi composta por dez pessoas. Nos resultados, pode-se perceber uma evolução na desenvoltura do idoso frente a sala de aula e os colegas e no aprendizado obtido por meio das aulas de Farmacologia. Conclui-se então, que o grupo de convivência tem extrema importância na vida dos participantes, melhorando a qualidade de vida no âmbito social e de aprendizado.

Palavras-chave: grupos de convivência; inclusão; aprendizado

ABSTRACT

This work has as main objective to evaluate the utility of the classes provided to seniors in the living group and the changes in the social, emotional and knowledge context. This work is a study action research, having as the instrument the questionnaire containing only the use of open questions. Was used as an inclusion criterion the participation of the seniors in the living group, where the sample was composed of ten people. In the results, can be perceived an evolution in the resourcefulness of the old front of the classroom and colleagues and learning obtained through Pharmacology classes. Was concluded then, that the living group is extremely important in the lives of participants, improving the quality of life in the social and learning.

Key words: community groups; inclusion; learning

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tornou-se um desafio ao longo dos anos. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no Brasil houve um crescimento significativo na expectativa de vida, com o aumento de 25 anos, chegando a 73,4 anos entre 1960 e 2010. Com isso, fez-se necessário criar e executar políticas que trouxessem melhorias na qualidade de vida das pessoas da terceira idade. Em janeiro de 1994 surgiu a Política Nacional do Idoso, pela lei nº 8.842, que objetiva no artigo 1 assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade (Instituto de Estudos de Saúde Suplementar).

A Política Nacional do Idoso promove a reinserção social, integração com pessoas de outras gerações e diversas formas de ocupação, trazendo então um novo olhar da sociedade sobre o idoso e um novo olhar do idoso sobre ele mesmo.

Esse novo olhar carrega demasiada importância social. Para que haja esse novo significado de utilidade e coletividade, torna-se essencial que exista grupos de convivência e haja a presença de pessoas em diversas faixas etárias, para que se torne possível uma mudança no comportamento de preconceito que é carregado a cerca da pessoa de terceira idade (RIZZOLLI, et al. 2010).

Percebeu-se então a criação de espaços voltados exclusivamente para a reunião de pessoas idosas, como os grupos de convivência, as associações de aposentados, as escolas abertas e as universidades da terceira idade (IRIGARAY, et al. 2008).

Segundo Carneiro, os grupos de convivência promovem uma melhoria na qualidade de vida no âmbito do estado emocional, interação social e atividade intelectual. Pode-se afirmar então que a redução na qualidade física e emocional não se dá apenas por causas naturais da idade e sim, também, pela diminuição na quantidade e qualidade das relações sociais (CARNEIRO, et al. 2007).

Com isso percebemos a grande importância atribuída aos grupos de convivência, onde lhes é dado o papel de retirar os idosos do isolamento social e dar-lhes um outro significado para a vida, mostrando novos caminhos e diferentes formas de viver uma velhice plena e saudável, não só no âmbito físico como também no emocional.

Os encontros realizados fornecem aos idosos um espaço de extrema necessidade, onde são realizadas aulas de utilidade prática, em saúde, lazer, esporte e trocas de experiências entre os participantes (CASTRO, et al. 2007). Essas atividades realizadas buscam a melhoria na saúde física e emocional, levando a recuperação da auto estima e a revalorização do idoso, onde os mesmo tem a possibilidade de manter relações com outras pessoas e trocar experiências, percebendo que a interação social é uma forma de aprender e mostrar conhecimentos adquiridos ao longo dos anos.

Esse trabalho tem como objetivo geral avaliar a utilidade das aulas fornecidas aos idosos no grupo de convivência (localizado no município de Lagoa Seca – PB) e as mudanças ocorridas no âmbito social, emocional e do conhecimento.

METODOLOGIA

No trabalho, de cunho pesquisa ação, foi formado um grupo de idosos com o intuito de disponibilizar aulas gratuitas da disciplina Farmacologia. Os encontros ocorriam semanalmente, na quinta-feira, no período da manhã, e eram ministrados, alternadamente, por duas alunas de graduação em Farmácia e uma Professora Doutora em Farmácia. As mesmas iniciavam as 7:30 (sete e meia) e terminavam as 11:30 (onze e meia). O curso de Farmacologia teve duração de um mês e duas semanas, totalizando 6 (seis) encontros semanais.

O grupo de alunos era formado por 10 (dez) pessoas, com idades entre 64 – 81 anos, sendo composto de 8 mulheres (80 %) e 2 homens (20%).

No primeiro encontro, foi distribuído questionários com 5 (cinco) questões abertas, as quais correspondiam as seguintes perguntas:

1. Faça uma relação dos seus principais tratamentos medicamentosos e a respectiva indicação.
2. Quais suas principais queixas com relação ao uso de medicamento?
3. Onde e como você guarda seus medicamentos?
4. O que você espera do curso de Farmacologia para a terceira idade?
5. O que você gostaria que fosse abordado nesses encontros?

O questionário busca averiguar informações a cerca dos conhecimentos sobre o tratamento medicamentoso feito pelos alunos, sobre as diversas maneiras de guarda dos medicamentos e sobre as expectativas diante do curso, para que, a partir dessas informações,

fosse possível difundir um conhecimento que levasse utilidade ao dia a dia dos idosos, melhorando a qualidade do uso dos medicamentos.

Nos seguintes encontros foram ministradas aulas sobre:

1. O que é Farmacologia?
2. Medicamento Genérico, de Referência e Similar.
3. Plantas Medicinais, Fitoterápicos e Homeopáticos.
4. Como armazenar corretamente seus medicamentos.
5. Diferentes tipos de dores.
6. Tira dúvidas

A primeira aula teve o intuito de questionar o conhecimento dos alunos e passar informações introdutórias sobre o que é Farmacologia e a diferença entre Remédio e Medicamento. A segunda e a terceira aula levaram informações mais aprofundadas e específicas sobre diferenças e semelhanças entre medicamentos Genéricos, de Referência, Similar, Plantas medicinais, Fitoterápicos e Homeopáticos, e sobre como e onde adquirir esses medicamentos.

Na quarta aula, foi explanado e orientado sobre a guarda correta dos medicamentos, onde os mesmos podem ou não ser guardados (dicas de locais seguros e livres de umidade, sol e poeira) e o motivo, para que fosse assegurado a qualidade dos produtos. Na quinta aula, foi falado sobre as dores, os diferentes tipos de dores físicas e emocionais que vem com a idade, o que cada uma delas pode causar para o indivíduo e como lidar com as mesmas. E por fim, a última aula foi reservada apenas para que os participantes tirassem dúvidas e recebessem orientações em vários aspectos, como orientação farmacêutica (foi orientado sobre o horário

correto para tomar os medicamentos, local correto para guarda-los e suas interações medicamentosas), orientação a cerca de higiene pessoal e doenças sexualmente transmissíveis.

RESULTADOS

No programa foram atendidos 10 (dez) idosos, de ambos os sexos, com idade entre 64 (sessenta e quatro) e 81 (oitenta e um anos). Destes, todos faziam uso de medicamentos. Os participantes foram orientados quanto aos horários corretos do uso medicamentoso e as interações que ocorriam entre os medicamentos tomados.

Os medicamentos relatados foram:

- PROPANALOL
- NATRILIX
- NEO-FEDIPINA
- MICARDIS
- GLIFAGE
- HIDROCLOROTIAZIDA
- LOSARTANA POTÁSSICA
- METFORMINA
- SELOKEN
- OMEPRAZOL
- LABIRIN
- AAS INFANTIL
- RIVOTRIL
- GARDENAL

A entrega do questionário e a avaliação do mesmo teve grande importância, porque foi a partir dele que se pode avaliar questões que precisam de uma atenção maior, pode-se avaliar adequadamente quais os medicamentos tomados, suas posologias, interações, as doenças relacionadas ao tratamento e os locais onde os mesmos são armazenados.

Percebeu-se que os dois medicamentos de maior uso foram Hidroclorotiazida e Losartana Potássica (quatro e cinco pacientes, respectivamente, fazem uso dos mesmos). O Hidroclorotiazida é um diurético tiazídico usado na hipertensão arterial e a Losartana Potássica é um medicamento da classe dos antagonistas dos receptores da angiotensina, sua indicação também é para o tratamento da hipertensão arterial.

A obtenção dessas informações facilitou o trabalho de orientação farmacêutica, onde os questionários foram entregues a cada um dos pacientes, e lhes foi dada informações pertinentes ao uso correto de cada medicamento, adequando os horários de tomada corretamente para que não houvesse interação medicamentosa e orientando, também, quanto ao local de armazenar. Nesse quesito percebeu-se que todos os idosos guardavam os medicamentos de forma correta, sempre em caixinhas, longe de lugares úmidos e muito ensolarados e longe do alcance de crianças.

O programa foi composto também de um olhar social, onde as aulas eram ministradas não só a nível de conhecimento, mas também a nível de interação, onde os participantes pudessem conhecer as histórias e problemas uns dos outros. Foi perceptível que a desenvoltura, o interesse e o número de perguntas a cerca dos assuntos abordados em sala foi crescendo ao longo das semanas, esse fato é de extrema importância, pois caracteriza uma melhora na auto estima de cada um dos idosos.

Em todas as aulas era trabalhado uma nova perspectiva dos idosos para com eles mesmos, onde era mostrado que eles podem aprender e utilizar os conhecimentos passados. Em cada momento semanal, os participantes tinham um espaço para falar sobre alguma experiência, sendo ela relacionada ou não ao conteúdo. Esse espaço era importante para que houvesse o desabafo, e o compartilhamento das tristezas e dificuldades.

CONCLUSÃO

Os resultados desse estudo mostraram que a maioria dos participantes (80%) é composto por mulheres. Entende-se isso como uma preocupação maior por meio das mulheres em cuidar da saúde e a facilidade das mesmas em procurar outros meios de convivência na velhice. Mas

no âmbito geral percebe-se que a procura por grupos de convivência está cada vez maior, onde tem-se como motivos principais da procura, preencher o tempo livre, obter novos conhecimentos, realizar atividade física, interagir socialmente, dentre outros, sendo esses quesitos os mais perceptíveis e importantes.

Muitas questões positivas foram observadas ao executar este trabalho, principalmente no âmbito social, onde se pode perceber grande interação idoso – idoso e idoso – professor. Com essas percepções, viu-se que os grupos de convivência possuem extrema importância na vida de cada um dos idosos, por isso torna-se necessário cada vez mais reconhecimento desses grupos para que haja interesse e investimento, a fim de melhorar em estrutura e trazer novas ideias que complementem o programa de forma a atrair mais participantes e que os mesmos sintam que possuem a seu dispor um ambiente de afetividade, utilidade e aprendizado.

REFERÊNCIAS

CARNEIRO, R. S. et al. Qualidade de Vida, Apoio Social e Depressão em Idosos: Relação com Habilidades Sociais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20 (2), 229-237.

CASTRO, PC. et al. INFLUÊNCIA DA UNIVERSIDADE ABERTA DA TERCEIRA IDADE (UATI) E DO PROGRAMA DE REVITALIZAÇÃO (REVT) SOBRE A QUALIDADE DE VIDA DE ADULTOS DE MEIA-IDADE E IDOSOS. *Rev. bras. Fisioter. São Carlos*, v. 11, n. 6, p. 461-467, nov./dez. 2007.

IRIGARAY, T. Q. et al. Participação de idosas em uma Universidade da Terceira Idade: Motivos e mudanças ocorridas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 2008, Vol. 24 n. 2, pp. 211-216.

RIZZOLLI, D. et al. Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade. *REV. BRAS. GERIATR. GERONTOL.*, RIO DE JANEIRO, 2010