

TRABALHANDO A MEMÓRIA DE IDOSOS ATRAVÉS DOS SENTIDOS

Lieje Maria Lemos (1); Natalina Ferreira da Silva (1); Halline Iale Barros Henriques (2); José Wellington de Oliveira (3)

*Centro Universitário do Vale do Ipojuca – UNIFAVIP/DEVRY
liejelemos@hotmail.com*

RESUMO

Este trabalho traz relatos das experiências vivenciadas por alunos do curso de Psicologia da Unifavip-DeVry- Caruaru-PE, com grupos de idosos, residentes na Associação Lar dos Idosos Irmã Dulce e usuários do Centro de Convivências de Idosos (CCI). Um dos principais objetivos desta intervenção consiste na realização de oficinas com os idosos residentes e visitantes dessas instituições, ambas situadas na cidade de Santa Cruz do Capibaribe, no estado de Pernambuco. Além disso, viabilizamos proporcionar uma vivência para os idosos refletirem seu contexto histórico enquanto sujeito em contínuas modificações e construções subjetivas para evocar tais reflexões foi feito uso dos cinco sentidos. Outro direcionamento da atividade foi à elaboração de material bibliográfico, a saber, este artigo para assim contribuir de forma significativa na comunidade científica, uma vez que a literatura voltada ao público idoso é muitas vezes defasada e/ou estigmatizada. Tal trabalho visa a ressocialização dos idosos de maneira ativa, condizente com a realidade encontrada nos diferentes contextos onde a velhice se apresenta. Observou-se através dessa experiência prática o envelhecimento enquanto momento ativo e produtivo, diferentemente do que dita a sociedade ocidental capitalista.

Palavras-chave: Memória, Psicologia do Envelhecimento, Sentidos.

ABSTRACT

The content featured in this work brings accounts of experiences provided by psychology degree students with groups of elderly residents in the Home Association of Senior Sister Dulce and users Convivências Elderly Centre (JRC). Theoretically grounded with thoughts of authors talking about aging. A major goal is the achievement of these workshops with elderly residents and visitors of these institutions, both located in the city of Santa Cruz do Capibaribe in Pernambuco state. This workshop aimed to provide a living for these seniors reflect contexts of the past and working memory through the senses and prepare an article that contributes significantly to the rehabilitation of the elderly active and manner consistent with the reality found in different contexts where old age is presented. In this study, it was observed in practice some discussions and theories about the elderly, according to the account of some or group of elderly, livings and situations that were presented before the institutions. Thus we present in this article theories about the aging process and the reality found in each of these institutions.

Keywords: Development, old, workshop, senses, aging.

Processo de Envelhecimento, Afeto e Subjetividades

Atualmente, os idosos estão se tornando a maior parte da população e este fato tende a crescer cada vez mais com o passar dos anos. Isso requer maior atenção voltada para esta população, auxiliando no enfrentamento das mais diversas questões, problemas e doenças que se instalam na vida do idoso por vários aspectos, como a diminuição gradativa da visão e da audição, além das mudanças intelectuais, como, a perda de memória, dentre outros.

Estudos mostram que, a partir das décadas de 70 e 80 com a diminuição gradativa das taxas de mortalidade, o envelhecimento da população brasileira é irreversível. O país de jovens começa a modificar sua estrutura demográfica com o acréscimo e a presença notável dos cabelos grisalhos. Existe também uma diferença significativa referente à expectativa de vida entre homens e mulheres, essa diferença explica, em parte, a chamada feminização da velhice no Brasil.

Tótoro (2006) analisa que, atualmente, ser velho é como carregar um fardo muito pesado, podendo ainda estar relacionado a idade das perdas. O curioso é que isto não é um fardo apenas dos idosos, mas de todas as faixas etárias em geral, pois em todas as fases do desenvolvimento humano existem ganhos e perdas. Existe uma aversão em ser velho, e isso vem se acentuando por que a velhice está sendo tratada como doença.

É fato que o envelhecimento é um acontecimento que atinge todos os seres humanos em esferas diversas, seja o corpo, a cognição, a memória ou outros, mas é o corpo que carrega as maiores estigmas. Nesta fase ocorrem mudanças físicas, orgânicas e sistêmicas, envelhecimento do cérebro, diminuição dos batimentos cardíacos, aumento do colesterol, baixa resistência vascular. No Sistema Respiratório incidem, redução da força dos músculos respiratórios, alteração na pressão arterial. Em se tratando de músculos e ossos, afeta a diminuição do comprimento, perda da massa muscular e atrofia (Papalia, D. E.; Feldman, R.D.2013).

Vale salientar que sistema nervoso central é o mais afetado, pois, é responsável pelas funções psíquicas e biológicas, ocorrendo assim a diminuição do

número de neurônios, diminuição da intensidade dos reflexos, perda de capacidade de reações e coordenações motoras (Papalia, D. E.; Feldman, R.D.2013).

O que falar sobre o sexo nessa fase? Sexo na vida adulta tardia com certeza é diferente de outras fases do desenvolvimento, para os homens a ereção e ejaculação podem levar mais tempo, já para as mulheres a lubrificação vaginal pode diminuir. Porém, os idosos que reconhecem a atividade sexual como algo saudável e normal tem a tendência de uma vida mais satisfatória. Os familiares e cuidadores devem considerar as necessidades sexuais dos idosos, pois, questões como satisfação com a vida e bem estar psicológico estão também relacionados com o interesse pelo sexo.

Além das características físicas e biológicas, as questões psicológicas e sociais também caracterizam o processo do envelhecimento. Tais características têm relação direta com trabalho, papéis sociais que desempenhamos e experiência de vida.

A sociedade contribui para a construção dos estereótipos que são atribuídos ao idoso. Além do mais o próprio idoso constrói sua imagem corporal a partir desse olhar do outro (da sociedade). No decorrer dos anos, o ciclo social, principalmente do idoso na maioria das vezes é diminuído, já que seus filhos casam-se (para aqueles que tiveram filhos), outros perdem o cônjuge, os irmãos e familiares mais próximos podem vir a falecer ou estão doentes precisando de cuidados, atenção e assistência. Isso tudo contribui para um estreitamento dos laços sociais e afetivos, do contato físico com pessoas queridas e próximas. Em consequência disso alguns idosos usam da libertação. A libertação na velhice é quando o idoso se permite fazer as coisas que mais lhe agradam sem se importar tanto com as imposições dos outros.

Assim, crise de identidade, perda da auto-estima, mudanças de papéis na família, na sociedade e no trabalho, perdas afetivas de parentes e amigos, perda de autonomia, da independência e do poder de decisões, tudo isso são exemplos de alterações que podem acontecer quando se está no processo de envelhecimento.

No entanto, à velhice deixou de ser entendida apenas como sinônimo de doença, ou idade de perdas e declínio, termos estes que foram substituídos por expressões como: saudável, bem-sucedido, produtivo e ativo, que nos permitem entender essa etapa da vida de uma maneira diversa e singular, buscando-se a reconstrução de uma velhice antes vista como frágil para uma velhice ativa e produtiva.

A expectativa de vida vem tomando formatos nunca antes vistos, pois atualmente percebe-se um crescimento exponencial da longevidade humana, principalmente no Brasil. É perceptível que exista não só um envelhecimento significativo da população, mas uma diversidade de idosos em várias faixas etárias hoje chamadas de jovens idosos, idosos medianamente idosos e idosos muito idosos, direcionando desafios tanto para a seguridade social, previdência, assistência e demais políticas públicas, como para as famílias e a sociedade (Conselho Federal de Psicologia, 2008).

É preciso buscar formas de articulação estratégica nas políticas públicas para se pensar na cidade, nos serviços, no transporte e abrir um leque de serviços como Centros de Convivência, Centros Dia, Hospitais-Dia, Instituições de Longa Permanência, Serviços Domiciliares, dentre outros, buscando a clínica ampliada que visa ao sujeito, à família e ao contexto, tendo como objetivo produzir saúde e aumentar a autonomia do sujeito, da família e da comunidade (Conselho Federal de Psicologia, 2008).

A clínica ampliada utiliza como meios de trabalho a integração da equipe multiprofissional, a adstrição de clientela e a construção de vínculos, a elaboração de projeto terapêutico conforme a vulnerabilidade de cada caso, e a ampliação dos recursos de intervenção sobre o processo saúde-doença (Conselho Federal de Psicologia, 2008).

É importante observar e suprir as necessidades do idoso, mas não somente como uma forma de acolhê-lo e torná-lo dependente do afeto e carinho, e sim fazer uso desse afeto como uma possibilidade do idoso florescer. Na velhice esse cuidar é

reforçado nas relações de respeito e afeto com os outros, com as diferenças e vontades de cada um.

O fortalecimento de vínculos interpessoais é importante para o idoso se sentir inserido no contexto social, já que na velhice o círculo social é diminuído. Por isso, como prática, deve-se, buscar e estimular vínculos entre os profissionais que lidam com os idosos e entre os grupos de idosos que convivem entre si.

A alegria também é uma necessidade afetiva do idoso, eles precisam vivenciar situações de alegria por meio do lazer, de atividades, ou de relações sociais que lhe proporcionem bem-estar, já que diferente do que se pensa, na maioria das vezes o idoso se mantém interessado pelas situações do mundo externo.

Os afetos positivos são importantes para um bom funcionamento e a vida saudável do idoso, pois proporcionam maiores defesas adaptativas perante situações negativas, ajudam a fortalecer o sistema imunológico e cardiovascular, fortalece os sentimentos positivos do idoso e contribuem para uma melhor resiliência psicológica. No entanto, é interessante também trabalhar com os idosos a compreensão dos fenômenos inevitáveis e inaceitáveis.

Domínio também é outra necessidade afetiva dos idosos. Assim como todas as pessoas, eles gostam de se sentir autônomos e no controle da sua vida, só que a crença e a auto crença de que o idoso é limitado, incapaz de lidar com as decisões e ações da sua vida contribuem para a estagnação que acontece muitas vezes na velhice. Porém, essa estagnação pode ser superada a partir do momento em que os idosos acreditarem nas suas capacidades psicológicas, físicas e sociais como possibilidades dessa superação. Recursos de apoio social e de grupos terapêuticos poderão também evocar e fortalecer essas capacidades nesses sujeitos.

Na velhice as necessidades afetivas não é tão diferente das necessidades de outras fases do desenvolvimento. Pois são importantes para a construção da identidade ao longo da vida, para uma melhor adaptação ao meio, e para uma construção psicológica saudável.

Contudo, este relato de experiência tem por finalidade incentivar a formação de psicólogos nos campos do envelhecimento e da velhice, bem como estimular a construção de atividades educativas direcionadas a idosos e a não idosos, investindo em possibilidades de autocuidado e autodesenvolvimento.

O psicólogo pode atuar nessa perspectiva evitando o declínio cognitivo e também no adiamento das demências, por exemplo. Fazer uso de algumas medidas de intervenções, como por exemplo, atividades educativas, oficinas de memória, práticas de atividades cognitivas e intervenções psicoeducativas na família são algumas intervenções interessante a esse público.

METODOLOGIA

Este trabalho visa trabalhar a memória através dos sentidos com idosos inseridos no contexto da cidade de Santa Cruz do Capibaribe no estado de Pernambuco residentes e usuários de serviços como o Centro de Convivência de idosos (CCI) e Associação Lar dos idosos irmã Dulce com a utilização de oficinas socioeducativas. Para tanto, utilizou-se da técnica da observação participante como coleta de dados a partir da abordagem qualitativa.

Foi proporcionado aos idosos um resgate de suas vivências através de uma oficina envolvendo alimentos, sons, objetos e aromas comuns do cotidiano deles, com o intuito de trabalhar a memória através dos cinco sentidos sensoriais: tato, olfato, paladar, audição e visão.

A oficina realizada na Associação Lar dos Idosos Irmã Dulce, contou com a participação de 33 idosos e no Centro de Convivências do Idosos (CCI), com a participação de 24 idosos ambos na cidade de Santa Cruz do Capibaribe, sendo o Lar dos Idosos Irmã Dulce localizado na zona rural e o CCI localizado na rua Raimunda Maria Aragão, 51 no bairro Bela Vista daquela cidade.

Trabalhou-se a mesma oficina nos dois ambientes, o que fez com que compreendêssemos as necessidades específicas de cada grupo servindo de

parâmetro para a realização deste material a fim de contribuir para elaboração de novas ações nesses espaços.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Associação Lar dos Idosos Irmã Dulce é uma instituição de longa permanência. Neste espaço percebeu-se alguns idosos com algumas limitações, sendo elas de locomoção, coordenação motora ou algum tipo de demência, entre outras patologias, e foi nesse ambiente que fomos convocados pela demanda que emergia a nossa frente, aos poucos fomos nos apresentando e se inserindo naquele contexto e explicando o que íamos fazer proporcionando um momento de acolhimento com os idosos.

Iniciamos a oficina de forma lenta e aos poucos foi inserido algumas técnicas e intervenções e afim de conseguir uma integração entre alunos e o grupo de idosos, aos poucos os mesmos iniciaram a corresponder as provocativas, entre um momento e outro os relatos de suas vivencias eram cada vez mais intensos, algo muito singelo e merecido de ser mencionado chamou a atenção dos alunos e demais participantes da oficina: no momento em que a oficina estava trabalhando a memória através do olfato, um aluno apresentou a uma senhora um recipiente com pó de café para ela cheirar, em seguida a mesma foi indagada, o que este cheiro lhe faz lembrar? Ela respondeu que aquilo tinha cheiro de amor, que lembrava a sua mãe fazendo o café de manhã cedinho, as paqueras da juventude e dentre outras lembranças, revelando a riqueza de sentimentos atribuídos a um simples aroma.

Em outro momento foi apresentado aos idosos uma panela de barro, eles começaram a relatar quando a mãe cozinhava na panela de barro e no fogo a lenha, algumas senhoras lembraram-se delas cozinhando ainda meninas. Um fato curioso e interessante foi que eles na maioria das vezes sempre relatavam fatos bem antigos da infância ou de quando bem jovens, da fase adulta madura pouco se falava mostrando que a memória semântica permanecia atuante.

A oficina desenvolvida no CCI, caracterizado como um ambiente de lazer direcionado aos idosos, teve o mesmo planejamento de atividades, porém fluiu de forma leve, descontraída e criativa, em que todos os idosos que haviam o local participaram ativamente de todo o processo oferecido pelos alunos.

Durante as atividades, além de relatos de suas histórias de vidas os mesmos recitaram diversos versos, cantaram, decoraram bolachas e contaram histórias resgatando suas vivências. Diante da riqueza do conteúdo afetivo que emergiu compreendemos a importância de citarmos, neste trabalho, alguns relatos que colhemos dos idosos.

Ao mostrarmos uma comida típica da região pra eles, e indagarmos sobre o que aquela comida lembrava, muitos deles através dessa lembrança retornaram a infância quando colhiam o milho para que as mães e avós fizessem a pamonha, e quanto que esse momento era prazeroso, pois sempre ocorria em família, desde a plantação do milho, a colheita e a preparação da comida.

Também foi muito interessante quando emitimos o som de um chocalho de boi e antes mesmo que perguntássemos o que eles lembravam, todos já estavam contando suas histórias. Um deles relatou que era vaqueiro e que o som do chocalho o ajudava a encontrar o animal em meio a vegetação, houve também uma senhora que lembrou que quando era criança ia lavar roupa no rio e muito próximo desse rio ficavam as boiadas. Mais interessante ainda foi quando tocamos o triangulo (instrumento musical de percussão), a alegria deles foi contagiante, pois aquele som os fizeram lembrar das boas festas do período junino, e assim até o termino da oficina havíamos estabelecido um vínculo afetivo e uma via de mão dupla na troca de saberes com eles.

Neste ambiente percebeu-se que os idosos ainda tinham todas suas atividades cognitivas conservadas sem nenhum comprometimento, um dos fatores que foi de grande contribuição para o sucesso da atividade.

Um fato interessante aconteceu neste ambiente, logo quando iniciamos as atividades percebemos que um dos idosos estava afastado dos demais, logo esse comportamento chamou a atenção, indo ao encontro do mesmo e questionado ele

nos disse apenas o seu apelido, ele se mostrava a todo o momento resistente a participar das atividades, mas no decorrer da oficina diante da atenção que a ele era atribuída na tentativa de incluí-lo dentro do contexto momentâneo, para surpresa dos alunos chegando ao término das atividades, ele relatou que havia gostado muito do grupo e das atividades propostas.

O mesmo relatou que de todos os grupos de alunos ou profissionais que ele já havia presenciado aquela experiência teria o marcado pela complexidade e acolhimento proporcionado, ressaltou ainda que aquela oficina teria sido a única que abriu um espaço para ouvi-los, a troca recíproca de experiências proporcionada por nós e por eles foram enriquecedoras para nossa formação.

E foi nesse cenário que pudermos compreender melhor o idoso e suas potencialidades, os observando de perto através de uma ótica mais humana, nos fazendo pensar sobre o processo de envelhecimento e de institucionalização, reconhecendo a importância da nossa posição enquanto psicólogos em formação diante desse contexto.

É válido ressaltar a grande contribuição para a nossa formação acadêmica proporcionado por essa experiência aos alunos de psicologia e futuros profissionais, pois nos deparamos com os conteúdos trabalhados na disciplina durante a oficina, concretizando uma relação entre teoria e prática.

CONCLUSÃO

Diante das percepções acima mencionadas, com foco nas contextualizações e vivências apresentadas, leva-se a entender que os idosos usuários das duas instituições visitadas, diferente do rótulo a que lhes foram atribuídos, estão inseridos na vida em sociedade como indivíduo atuante e participativo. Mesmo aqueles acometidos por algumas limitações, limitações estas que em muitos casos foram adquiridas por falta de acolhimento necessário por parte de pessoas mais próximas sobretudo, seus familiares.

Percebemos que recordar e reviver momentos em que as suas memórias e sentimentos sejam reforçados lhes permitem uma percepção de sua existência, proporciona uma reflexão onde os mesmos se reafirmam enquanto seres existentes e indivíduos com devida importância no contexto onde vivem.

A explanação contextualizada neste trabalho pretendeu levar os leitores a uma reflexão de como atualmente os idosos são vistos e tratados pela sociedade de forma geral e como de fato eles vivem em casas de apoio, partindo das informações coletadas a partir de duas visitas realizadas por psicólogos em formação.

REFERÊNCIAS

Conselho Federal de Psicologia. Envelhecimento e Subjetividade: desafios para uma cultura de compromisso social / Conselho Federal de Psicologia, Brasília, DF, 2008. 196 p.

Papalia, D. E.; Feldman, R.D. Desenvolvimento Físico e Cognitivo na Vida Adulta Tardia. In: Papalia, D. E.; Feldman, R.D. Desenvolvimento Humano. Porto Alegre: AMGH, p. 570-633, 2013.

Tótorá, Silvana. Ética da vida e o envelhecimento. São Paulo: Vetor, 2006.