

Promovendo a Qualidade de vida do idoso institucionalizado a partir de atividades extencionistas: relato de experiência

Alison Rener Araújo Dantas ¹
Rosimery Cruz de Oliveira Dantas ²

RESUMO

A institucionalização possui um contexto de situações estressantes e iniciadores de doenças. O idoso frente ao isolamento da sociedade, da família e amigos, elimina a própria identidade, autoestima, e perde liberdade, e se tornam sedentários, carentes de afeto e dependentes financeiramente. Objetivou-se promover a melhoria na qualidade de vida do idoso institucionalizado, bem como sua interação social, fazendo-os reaprender atividades de autocuidado, para lhe favorecer a independência, e assim, fazê-los capazes, minimamente, cuidar de si. Estudo de caráter descritivo do tipo relato de experiência das atividades desenvolvida por acadêmicas do Curso de Graduação de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande na vigência do PROBEX 2018, no Abrigo Lucas Zorn, no município de Cajazeiras-PB. As atividades realizadas com jogos lúdicos, escuta comprometida, dia de beleza e interação social com música ou atividade coletiva, trouxeram impacto positivo na qualidade de vida do idoso, conduzindo-os a um estado de exaltação, pois era um momento de oferta de carinho, cuidado e atenção para eles, do qual eles participavam ativamente. O projeto foi muito bem acolhido por todos do abrigo, e, por isso, ele pode ser desenvolvido com um forte sentido de cooperação, e por isso alcançou seu objetivo, promovendo qualidade de vida para os idosos e favorecendo condições para um envelhecimento proativo.

Palavras-chave: Extensão, Idosos, Institucionalização, Qualidade de Vida.

INTRODUÇÃO

Com a diminuição na taxa de fecundidade, evolução nos cuidados com a saúde, o avanço tecnológico e o desenvolvimento global, houve um aumento na expectativa de vida da população, fazendo com que o número de idosos aumentasse, demandando uma nova área de atuação.

A incomparável transformação do perfil etário da população verificada no século passado, principalmente nas suas últimas décadas, teve vários fatores que influenciaram nessa realidade, tais como: como a melhoria das tecnologias na saúde e as mudanças nos sistemas de saúde, que melhorou as condições de saúde pública, determinando a redução da mortalidade

¹ Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG, renerdantas30@email.com;

² Professor orientador: doutora, professora da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, rmercyco_dantas@hotmail.com.

precoce. Além disso, a queda na taxa de fertilidade e natalidade, faz com que haja um processo de envelhecimento no país (LINI; PORTELLA; DORING, 2016).

Dados do IBGE disponibilizados em Brasil (2010), demonstram que em 2008 para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos existiam 24,7 idosos de 65 anos ou mais, e a projeção é que em 2050, o quadro mude e para cada 100 crianças de 0 a 14 anos existirão 172, 7 idosos.

De acordo com Freitas e Scheicher (2010), nas últimas décadas, notou-se um grande aumento na quantidade de pessoas idosa em todo o mundo. Esse aumento provoca transcendências que resultam diretamente nos serviços de assistência social, como também, sobre a saúde da população idosa, intensificado pela debilidade dos convênios médicos e do baixo salário da aposentadoria. Todas essas questões anteriores se unem aos problemas familiares, em razão de que os parentes têm dificuldades para responsabilizar-se com a saúde e vida dos idosos. Tomando assim a decisão de encaminhá-los para as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILP), instituições geriátricas ou casas de repouso.

O sistema de institucionalização de idosos muitas vezes é visto como perda de liberdade, abandono de filhos e familiares e proximidade da morte, pois ele acelera as perdas funcionais, sua autonomia e poder de expressão, porém é importante destacar que muitas vezes as ILP são o único ponto de referência para uma vida e um envelhecimento dignos e por isso muitos idosos apresentam uma boa aceitação asilar referindo considerar os colegas como “família” mesmo que outros o vejam como “depósito de velhos”. (FREIRE JUNIOR e TAVARES, 2005; PAVAN et al., 2008), (LINI; PORTELLA; DORING, 2016).

A institucionalização possui um contexto de situações estressantes e iniciadores de doenças como depressão, fazendo com que os idosos comecem a sofrer mudanças de todas as maneiras. O isolamento da sociedade, das suas famílias e amigos, ajuda na eliminação da própria identidade, da autoestima, da liberdade, e muitas outras vezes do repúdio da própria vida, fazendo com ocorra um aumento significativo de doenças mentais nas casas de repouso. (FREITAS; SCHEICHER, 2010).

Bentes, Pedroso e Maciel (2012), afirmaram que a dependência dos idosos nas instituições é decorrente do estado da perda de autonomia física, psíquica ou intelectual, necessitando assim de uma assistência de outra pessoa para realizar as ações diárias da vida. A dependência é fortificada como resultado de perdas funcionais e da relação do idoso com seus parceiros sociais.

Esses fatores fazem com que os idosos institucionalizados apresentem um perfil diferenciado, no qual a maioria são sedentários, dotados de grande carência afetiva, perda de

autonomia causada por incapacidades físicas e mentais, ausência de familiares para ajudar no autocuidado e insuficiência de suporte financeiro, é mister entender que nem o idoso nem a instituição que o abriga conseguem dar conta dessas demandas, daí a necessidade do suporte de profissionais de saúde e afins para se promover serviços que leve a uma melhor qualidade de vida.

Isso favorece a oferta, aos idosos que se encontram em casa abrigo/instituições, de ações que promovam o bem-estar emocional, físico e psíquico, de maneira que se sintam úteis e capazes. Como forma de cumprir seu papel social, a Universidade Federal de Campina Grande, através do projeto de extensão, tendo como corpo executor docente e discentes do curso de graduação em enfermagem, adentrou no asilo e desenvolveu o projeto de extensão, levando aos seus residentes ações voltadas à prevenção e promoção da saúde, utilizando atividades que se inserem na rotina do abrigo, como estratégia fundamental de ampliação do envelhecimento saudável com melhor qualidade de vida.

Objetivou-se promover a melhoria na qualidade de vida do idoso institucionalizado, bem como sua interação social, fazendo-os reaprender atividades de autocuidado, para lhe favorecer a independência, e assim, fazê-los capazes, minimamente, cuidar de si.

METODOLOGIA

Este estudo tem caráter descritivo do tipo relato de experiência das atividades desenvolvida por acadêmicas do Curso de Graduação de Enfermagem do Centro de Formação de Professores (CFP) da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) durante a realização das atividades do PROBEX 2018, no período de maio a dezembro de 2018, no abrigo Lucas Zorn. Os sujeitos das atividades foram alunos e docentes da UFCG, idosos e funcionários/cuidadores do abrigo. O abrigo, no ano de 2018, albergava idosos, sendo 1 acamados, 3 cadeirantes, 5 que deambula com ajuda e 11 independente.

A intervenção consistiu de atividades com jogos lúdicos, conversas e momentos de danças, visando promover o lado cognitivo e físico dos idosos, bem como dia de beleza: maquiagem, penteados, pintura das unhas, massagem e hidratação da pele. Para alcançar este propósito foram utilizados encontros, entre acadêmicos e docentes, para organização e preparo das atividades, bem como encontro semanais, no abrigo, para desenvolver as atividades com os idosos.

DESENVOLVIMENTO

Alcançar condições de qualidade de vida, implica na busca do equilíbrio entre a manutenção do desempenho cognitivo e capacidade funcional, condições que contribui para o idoso continuar participante das atividades diárias, manter vida plena, buscar conhecimentos e desenvolver a competência de controle de si, além de, promover o seu empoderamento, garantindo o direito de viver em ambientes favoráveis à sua independência funcional (QUINTÃO et al., 2013). Ademais, para Moreira et al (2013), o aproveitamento do envelhecimento da forma devida depende da circunstância em que a própria pessoa vive e está inserida, e do sentido de sua vida. Bem como da superação dos preconceitos disseminados pela própria sociedade e da angústia contra tudo que é atual e moderno.

Quando não encontra esta superação e não conseguiu definir o sentido de sua vida, ou ainda, não tem, família ou está não o acolhe mais, seu cotidiano e sua independência são deixadas de lado e eles passam a ter um convívio restrito em ILPI's. Quintão et al. (2013), afirmam que as ILPI's assumem caráter residencial, governamental ou não, destinada ao abrigo coletivo de pessoas a partir de 60 anos, com ou sem suporte familiar, em condição de liberdade, dignidade e cidadania. Porém, cabe destacar que, ao ser institucionalizado, o idoso passa, não só, pela mudança de ambiente físico, mas também, pela necessidade de se adaptar ao ambiente estranho, às pessoas e à nova rotina.

De acordo com Moreira (2014), a institucionalização é um equipamento de suporte social, e se desenvolve em espaços necessários para atender uma parcela crescente da população. Apresenta múltiplas facetas: a insuficiência de recursos financeiros, a transferência de responsabilidades, a ausência e inexistência de família, e a escolha do idoso quando busca sua independência. Mas, seja qual for a faceta, ela comprova a ação da sociedade que descarta os indivíduos no momento em que deixam de ser saudáveis e produtivos.

Importante destacar que, estando institucionalizado ou não, os idosos necessitam de QV e precisam preservá-la. E para tanto é necessário que o envelhecimento seja vivido com saúde e liberdade para o desenvolvimento de suas atividades diárias, mantendo uma vida ativa e independência conforme suas condições.

Por isso, compreender o processo de envelhecimento do ser humano requer primeiramente entender as contradições existentes entre velhice e bem-estar e até mesmo a relação entre velhice e doença (MOREIRA et al., 2013). Os autores ainda destacam que velhice saudável e com boa QV se relaciona com a afetividade, bons costumes, hábitos saudáveis e a

prática de atividades físicas, e que, para os idosos institucionalizado alcançarem este intento, os ambientes devem se configurar como seguros, que propaguem sentidos que tornem a velhice plena de projetos significativos e valores positivos, nos quais os idosos possam gerir os ritmos da própria vida, viver de forma independente e que lhe assegure sua intimidade.

A extensão, é o meio onde os discentes podem sair das teorias que se é abordada em sala de aula, e trabalhar o lado humanitário que as atividades desenvolvidas na sociedade proporciona. No projeto abordado nesse trabalho, onde as atividades são voltadas para o lado das causas que as institucionalizações causam nos idosos, bem como trabalhar o lado social deles, traz para os discente uma experiência de vida, onde podemos juntar o lado científico e humano, para que assim tornem-se futuros profissionais que irão desenvolver trabalhos humanitários. Esses projetos também, servem para demonstra para a sociedade o que se é trabalhando dentro das universidades, é como uma forma de retorno daquilo que eles não dão, através dos seus impostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O quadro demografico da pouplação brasileira está mudando, a cada dia mais a sociedade está ficando mais velha, e o numero de nascimento e morte estão diminuindo, ocorrendo uma inversão na piramide etaria. Isso se da pelo avanço da medicna, bem como, com os metodos e atividades que melhoram as condições de vida das pessoas (FECHINE, TROMPIERI, 2015).

Com o processo do envelhecimento o indivíduo tende a sofrer mudanças corporais, fisiológicas e cognitivas, que limitam as suas atividades e raciocínio que antes eram capazes de executar. Porém os jogos e atividades que trabalha com o lado cognitivo do idoso, fazem com que eles possam executar as funções da memória, e assim estimulando a parte da memória com os idosos (PINHEIRO, GOMES, 2018).

No projeto utilizávamos dessa técnica para poder trabalhar com os idosos, pois além do processo do envelhecimento, que é uma causa natural do nosso corpo, a institucionalização acarreta um agravo maior dessas perdas, como mencionado anteriormente. Essas atividades consistiam em jogos de baralho, dominó, de memória, dos 7 erros, etc., que executavam o lado cognitivo dos idosos, bem como trabalhavam com o processo de socialização e de alegria, pois eles além de minimizar os efeitos negativos que a falta de exercício cerebral causava, impactava positivamente na socialização, uma vez que os idosos se divertiam bastante e quebravam um pouco do isolamento social.

Outra estratégia muito utilizada para se trabalhar com os idosos, para a promoção e o desenvolvimento do bem-estar, é a aplicação de atividades que envolve a arte terapia, por meio da qual se trabalha a subjetividade, movimentação corporal e a memória. Esse instrumento de trabalho, que envolve música, danças e artes de pintura, ajuda ao idoso a melhorar a autoestima, a partir do processo de externalizar algo que está guardado e que provoca angustia, alegria, medo, dentre outros sentimentos que com a ajuda da arte venha a se revelar (AGUIAR, MACRI, 2010).

A utilização das artes no Lucas Zorn, local de trabalho do projeto, se deu por meio de pinturas, onde os idosos escolhiam os desenhos que desejavam pintar, e com isso, tanto trabalhávamos com a funções motora deles, com o ato de pintar, e a memória, quando perguntávamos as cores, os tipos de animais e objetos que continha no desenho. A massinha de modelar também foi usada para estimular a criatividade e o desenvolvimento motor.

O desenvolvimento do dia de beleza, foi outra estratégia encontrada para promover a melhora na autoestima e a confiança dos idosos. Nesta atividade foi realizada limpeza das unhas e pintura com esmaltes com a cor escolhida pelo próprio idoso; maquiagem sendo utilizado o produto que a idosa gostava e mais se identificava e arrumação de cabelos, com penteados e adornos que a própria idosa dispunha. Esta atividade proporcionava um grande estado de exaltação, pois era um momento de oferta de carinho, cuidado e atenção para eles.

Outro meio de aplicar a arte terapia nos idosos é a utilização da música e dança, atividades que os idosos muito se identificam. Esta atividade era desenvolvida em parceria com a equipe de outro projeto, que era desenvolvido nas segundas férias no abrigo. O grupo, denominado pelos idosos de “a bandinha”, contava com alunos que tinham habilidades para o canto, o toque musical e a dança, e com isso, podíamos trabalhar toda a parte corporal e mental do idoso. Era um momento que contagiava a todos: alunos, idosos e funcionários do local, que se entrosavam no show e assim era realizada uma tarde de diversão para todos.

A musicoterapia é aplicada em diversas demandas, dentre elas, na estimulação de atividade cognitiva, na implementação de mínimas atividades físicas/motoras (como dançar, bater palma), assim como na ativação afetiva, despertando memórias significativas na vida de quem já viveu por muito tempo e passou por diversas experiências, a exemplo dos indivíduos idosos (ARAÚJO et. al., 2016).

Com essas dinâmicas promovidas na instituição do lar dos idosos, podemos perceber que gerava alegria entre os idosos, com nos funcionários e alunos. Além disso, foi possível perceber que os idosos ficavam ansiosos pela visita dos alunos, e principalmente da banda, da qual eles

lembravam o nome dos integrantes, dos alunos do projeto e das músicas que gostavam de ouvir. Com isso, pode se perceber que essas atividades estavam gerando resultados positivos nas questões cognitivas e motoras dos idosos, pois no ato da dança eles se levantavam, os que não tinham problemas físicas, e dançavam junto aos alunos do projeto, diminuindo um pouco a vida sedentária que tinham.

Para os idosos que não podiam dançar ou se movimentar por consequência de alguma limitação física, se realizava conversas e a relação do toque com o indivíduo, promovendo uma escuta comprometida, onde se trabalhava com a interação social deles e afetiva. No decorrer do bate-papo com eles, descobríamos os motivos que levaram a institucionalização deles, os anseios que eles tinham quanto a sua velhice, os medos e as saudades que tinham dos seus familiares e vida que tinham antes do abrigo. Essas histórias levavam ao grupo refletir sobre a importância da família, dos amigos e da vida, e através levavam meios que pudessem atingir individual e ao mesmo tempo coletivamente atividades que gerasse um conforto para as aflições que eles carregam dentro de si. (BECKER, BECK, DRUGG, 2015).

Ao final do projeto foi realizado uma festa de comemoração, onde foram distribuídos kits que continham porta retrato com a foto de cada um e produtos de cuidados pessoais, como hidratante corporal e colônia. Foi realizado também, um momento de partilha de alimentos e bebidas entre o grupo, os idosos e os funcionários, que acolheram com tanto carinho o projeto. O projeto foi muito bem acolhido por todos do abrigo, e, por isso, ele pode ser desenvolvido com um forte sentido de cooperação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É de fundamental importância que o processo de envelhecimento ocorra de acordo com as condições que permitam e possibilitem uma boa qualidade de vida e bem-estar. Este processo não está vinculado somente a um cuidado pessoal, mas a conjunto de fatores e responsabilidades de caráter sociocultural que, frente as mudanças ocorridas, promovam uma velhice satisfatória, com qualidade.

O projeto *Qualidade de vida do idoso institucionalizado: identificando fatores e estratégias intervenientes*, promoveu qualidade de vida para os idosos, pois, por meio das atividades desenvolvidas, envolveu os participantes em uma vida ativa, resultando na construção de situações que favorece condições para um envelhecimento proativo. Ademais, promoveu uma transformação nos extensionistas através das experiências vividas com os

idosos. A partir do compartilhamento de histórias e da escuta realizada pelos discentes, estes puderam refletir sobre o convívio com seus familiares e com a sua própria vida.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M.A.B.; GUTIERREZ, G.L.; MARQUES, R. **Qualidade de vida: definição, conceitos e interfaces com outras áreas, de pesquisa**. São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades– EACH/USP. 142 p. 2012.

ARAÚJO, L. F. et al. A Musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. **Revista Kairós: Gerontologia**, [S.l.], v. 19, p. 191-205, jan. 2016. ISSN 2176-901X. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/32487>.

BALDISSERA, A. Pesquisa-ação: uma metodologia do “conhecer” e do “agir” coletivo. **Sociedade em Debate, Pelotas**, 7(2):5-25, agosto/2001

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BRASIL. Data SUS. Informações de saúde: Demográficas e socioeconômicas. Online. 2017. Disponível em: <http://datasus.saude.gov.br/>

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE – CNS (BR). **Resolução 466/12 de 12 de dezembro de 2012. Regulamenta as normas para pesquisa em seres humanos**. Brasília: Conselho Nacional de Saúde; 2012. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 10 de maio de 2015.

FREITAS, M.A.V; SCHEICHER, M.E. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v.13, n.3, p:395-401, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (BR) - IBGE. **Cajazeiras-PB**. IBGE Cidades; 2017. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=250370>.

NERI, AL. Atitudes e preconceitos em relação à velhice. In: Neri AL, organizador. **Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo; 2007. p. 33-46

PAVAN F. J.; MENEGHEL, S. N.; JUNGES, J. R. Mulheres idosas enfrentando a institucionalização. **Caderno Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 24, n. 9, p. 2187-2190, set., 2008.

QUINTÃO S.M.J.; LIMA, G.E.G.; PEDROSA, R.L. et al. Avaliação da qualidade de vida de idosos institucionalizados e não institucionalizados de Ubá e microrregião. **Revista Portal de Divulgação** (São Paulo), n.32, Ano III, maio, 2013.

PINHEIRO, S. B.; GOMES, M. L.; BENEFEITOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS NO IDOSO COM ALTERAÇÃO DO COGNITIVO LEVE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista pesquisa em fisioterapia**, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014.

AGUIAR, A. P.; MACRI, R.; Promovendo a qualidade de vida dos idosos através da arteterapia. **Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental online**, 2010.

BECKER, J. M.; BECK, A. H. U.; DRUGG, A. S.; ATENÇÃO BIOPSIKOSSOCIAL AO IDOSO: ESCUTA DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS.