

AUTOAFIRMAÇÃO DO INDIVÍDUO ENQUANTO PESSOA IDOSA: A PROMOÇÃO À SAÚDE COMO FERRAMENTA EMPODERADORA.

Wesley Queiroz Peixoto¹
Juliany Ingridy Silva de Medeiros²
Clara Lis Rêgo³
Ingrid Michelly Justino de Souza⁴
Maria da Conceição Silva Alves⁵

INTRODUÇÃO

A saúde da pessoa idosa tem tido notoriedade nas discussões acadêmicas durante os últimos anos, debates que visam promover qualidade de vida, garantir direitos, entre outros. No meio social o destaque é feito considerando uma associação entre envelhecimento e necessidades previdenciárias, ligando o sujeito velho ao estado de dependência financeira, descartando todas as outras condições que envolvem a pessoa idosa (PEIXOTO et al., 2019).

Considerando as muitas subjetividades que envolvem o indivíduo idoso, o Projeto Viver Melhor, do Instituto Municipal de Previdência Social dos Servidores de Mossoró/RN (PREVI-Mossoró), desenvolve atividades que visam estimular a autonomia da pessoa velha nos mais amplos aspectos de vida. Enquanto o PREVI responsabiliza-se pelas demandas de ordem previdenciária, o Viver Melhor atua a fim de melhorar a qualidade de vida biopsicossocial-espiritual dos aposentados e pensionistas do referido Instituto Previdenciário.

As ações desempenhadas pelo Viver Melhor são desenvolvidas por meio de sua equipe técnica, composta por assistentes sociais, e por extensionistas dos cursos de enfermagem, educação física, fisioterapia, nutrição, serviço social e psicologia. A atuação dos discentes é de fundamental importância para os seus desenvolvimentos profissionais, ainda mais conciliando extensão universitária e ações multi e interprofissionais (RIBEIRO; PONTES; SILVA, 2017).

¹ Graduado do curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - UnP, pós-graduando pelo Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Materno-Infantil da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, queiroz1q@hotmail.com;

² Graduada do curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - UnP, pós-graduanda em Saúde Pública com ênfase em saúde da família, julianyingridy@gmail.com;

³ Graduanda do curso de Psicologia da Faculdade Católica do Rio Grande do Norte - FCRN, clara.rego@hotmail.com;

⁴ Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Potiguar – UnP, ingrid_justino@hotmail.com;

⁵ Graduanda do curso de Psicologia da Faculdade Católica do Rio Grande do Norte - FCRN, ceicaalvespsi@gmail.com.

O Viver Melhor oferta atividades sistemáticas, que ocorrem pelo menos duas vezes por semana, como dança, coral, caminhada, hidroginástica e exercícios orientados. Além destas ações os aposentados e pensionistas ainda dispõe de Dicas de Saúde, Cafés com Conversa, Oficinas de Enfermagem, Piqueniques para Viver Melhor, e cursos formativos nas mais diversas áreas.

Objetivados pelo interesse em promover uma atividade de autoafirmação e empoderamento dos idosos do Viver Melhor, extensionistas do curso de enfermagem realizaram ação retratando o tema de ressignificação de processos de vida. A escolha desta temática fundamentou-se por meio da resistência do público em se reconhecer pessoas idosas.

Considerando as informações prepostas, este estudo tem como objetivo relatar a experiências de extensionistas do curso de enfermagem ao desenvolverem ação de educação em saúde com aposentados e pensionistas assistidos pelo Projeto Viver Melhor.

Este estudo justifica-se considerando a necessidade de avaliar o impacto da ação sobre os idosos, apreciando as novas ou mais amplas configurações de pensamento acerca do processo de envelhecimento no qual o público está inserido.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, descritiva, que fundamentou-se em estudos previamente publicados, a fim de embasar-se teoricamente, fazendo uso da observação participante como método de análise de dados.

A análise qualitativa tem seu foco voltado para a apreciação acerca de ações, estudos, ensaios, serviços, buscando evidenciar condições subjetivas e singulares daquilo que se visa analisar (FERRARINI, 2020). Já o método da observação participante é uma estratégia analítica onde o pesquisador tem participação ativa e fundamental dentro do ambiente de coleta de dados, servindo como instrumento de pesquisa (MÓNICO, 2017 apud MEDEIROS et al., 2019).

A revisão de literatura foi realizada majoritariamente nas bases de dados Scielo, BDTD e Lilacs, fazendo uso dos seguintes descritores, contidos nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS), a fim de refinar as buscas: envelhecimento, memória, empoderamento, enfermagem. Os estudos utilizados foram publicados entre os anos de 2015 e 2020.

Para a pesquisa bibliográfica foram adotados critérios de inclusão, estando aptos à integrar este relato estudos nacionais ou internacionais, publicadas em português e/ou espanhol, com disponibilidade integral e gratuita do texto.

A atividade apresentada neste estudo foi desenvolvida no prédio do PREVI-Mossoró, contando com a participação de 19 aposentadas/pensionistas, datada no dia 27 de novembro de 2019, com duração aproximada de três horas. O ambiente foi ornamentado com cortinas e luz ambiente, onde as cadeiras foram dispostas em círculo e os extensionistas estiveram durante toda a ação sentados junto ao público.

REFERENCIAL TEÓRICO

O envelhecimento humano pode ser considerado uma importante conquista das populações, e tem o alongamento da velhice como a somatória de avanços sociais, de saúde, políticas públicas, entre outros. Apesar do prologamento da vida da pessoa idosa, os desafios continuam presentes, exigindo do Estado, das famílias, da sociedade, a necessidade de constante evolução em diversos aspectos, a fim não só de estender a vida destes indivíduos, mas garantir boas condições de saúde durante todo o seu ciclo vital (FARIAS et al., 2019).

Alguns fatores podem ser apontados como primordiais para melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa, como preservação da autonomia, prática de atividades físicas, aceitação de mudanças biopsicossociais, manutenção da capacidade funcional, controle/ausência de doenças crônicas, vivências sociais, inserção em grupos comunitários. As condições sociais estão, como visto, diretamente ligadas ao processo de envelhecimento, e algumas variantes interferem na percepção das diferentes formas de envelhecer, assim como nas maneiras de encarar este processo, destacando-se como exemplos o nível de escolaridade, conjuntura socioeconômica e configuração familiar (COLUSSI; PICHLER; GROCHOT, 2019).

A sociedade enquanto entidade definidora destes padrões e julgadora de ações, serviços, entre outros, exerce pressão importante sobre o envelhecimento e seus processos. As formações sociais em espectro macro e micro possuem definições específicas sobre a velhice, que não necessariamente condizem com determinações etárias, por exemplo (BIASUS, 2016). Essas condições expostas provocam nos indivíduos, muitas vezes, a rejeição ao velho, atribuindo às pessoas idosas sentidos apáticos, sem impulsos para novas vivências (FALLER; TESTON; MARCON, 2015; PROCÓPIO, 2018).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade realizada foi dividida em quatro momentos, onde inicialmente os participantes - idosas e extensionistas – puderam refletir sobre canções com letras que marcaram trajetórias de vida, estimulando a busca por memórias individuais das aposentadas. As músicas escutadas expressavam fatos do cotidiano, a evolução dos espaços e sujeitos, permitindo aos indivíduos encontrarem referências próprias dentro da musicalidade. Seguido a apreciação das canções, extensionistas e aposentadas puderam expôr concepções e memórias trazidas pelas músicas.

O propósito ao incluir a música como parte importante da atividade foi de aguçar a sensibilidade do público a partir do poder que os ritmos expressam sobre a vida dos indivíduos e a infinidade de sentidos que podem ser atribuídos às mesmas frases de uma canção (COCENTINO, 2015).

No segundo momento da ação o público pôde rever espaços e momentos que marcaram a cultura mossoroense. Fotos de praças, teatros, parques, festas tradicionais foram projetadas e as aposentadas puderam compartilhar vivências destes ambientes. Este momento proporcionou avaliar a evolução destes espaços com o passar dos anos, onde alguns apontamentos relacionados as mudanças da cidade e das pessoas foram feitos.

Este ato de evocar memórias requer respeito as singularidades que aqueles eventos recordados tem para o sujeito, garantindo-lhe o direito de representar sua identidade ao outro. O feito de rememorar trajetos de vida dá significado e sentido a vivências, trazendo para o presente patrimônios pessoais do indivíduo (PROCÓPIO, 2018).

A terceira parte da atividade se deu através da dinâmica “cortina de memórias”, onde cada aposentada teve a oportunidade de dispôr fotos de momentos marcantes de vida, tecendo todas juntas uma cortina de vivências. Para além de atribuir novos significados às pessoas/momentos, esta ação possibilitou o fortalecimento de vínculos entre as idosas, considerando a confiança que cada uma depositou na outra ao compartilhar momentos tão importantes e singulares.

Possibilitar a exposição destas memórias trouxe às idosas a ratificação da suas existências, configurando este sentimento através da fala, da escuta e das lembranças de vivências por vezes esquecidas, trazendo a estas novas emoções (PROCÓPIO, 2018).

A atividade foi finalizada com a dinâmica “o que levo e o que deixo”, onde cada participante, inclusive extensionistas, puderam compartilhar os aprendizados possibilitados pela ação. Este momento foi permeado de muita emoção, pois algumas aposentadas expuseram que puderam refletir sobre trajetórias, atribuindo novos sentimentos a vivências.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do exposto, pode-se apontar que a ação apresentada permitiu ao público refletir acerca dos processos de envelhecimento, dando mais singularidade e sentido a cada vivência e contribuindo para a formulação de novos significados ao que é envelhecer e ser velho.

Ressalta-se que a atividade de evocar memórias, trazendo para a discussão locais e eventos da infância, adolescência e vida adulta jovem, despertou no público o sentimento de que ciclos vão findando ao passo que outros iniciam, fato que contribui para a permissibilidade à reflexão sobre os processos de vida.

Este estudo permitiu expôr mais um campo de atuação de enfermagem: a promoção a saúde visando não apenas diminuir os riscos de adoecimento, mas buscando propiciar uma melhor qualidade de vida aos indivíduos. A atuação desta categoria possibilita ao público assistido vivências que incentivam a autonomia e empoderamento pessoal, ponto fundamental para o exercício de co-responsabilização da saúde.

Considerando as conclusões expostas, afirma-se, ainda, que este estudo possibilitou discutir uma temática que percorre caminhos distantes dos rotineiramente debatido sobre o envelhecimento, permitindo estender o campo de visão de acadêmicos e estudiosos sobre as incontáveis condições que envolvem os processos de vida e o envelhecimento humano.

Palavras-chave: Envelhecimento, Empoderamento, Memória, Enfermagem.

REFERÊNCIAS

BIASUS, Felipe. Reflexões sobre o envelhecimento humano: aspectos psicológicos e relacionamento familiar. **Perspectiva**, Erechim, v. 40, n. 152, p.55-63, 2016. Disponível em: http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/152_594.pdf. Acesso em: 08 mar. 2020.

COCENTINO, Jamille Mamed Bomfim. **Envelhecimento e samba**: a música como um recurso para a compreensão da velhice. 2015. 164 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Departamento de Psicologia Clínica, Universidade de Brasília, Brasília, 2015. Disponível em: https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/18821/1/2015_JamilleMamedBomfimCocentino.pdf. Acesso em: 24 maio 2020.

COLUSSI, Eliane Lucia; PICHLER, Nadir Antonio; GROCHOT, Lucimara. Percepções de idosos e familiares acerca do envelhecimento. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s.l.], v. 22, n. 1, p.01-08, 2019. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562019022.180157>. Disponível em:

http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v22n1/pt_1809-9823-rbgg-22-01-e180157.pdf. Acesso em: 03 set. 2020.

FALLER, Jossiana Wilke; TESTON, Elen Ferraz; MARCON, Sonia Silva. A velhice na percepção de idosos de diferentes nacionalidades. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [s.l.], v. 24, n. 1, p. 128-137, mar. 2015. <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015002170013>. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/tce/v24n1/pt_0104-0707-tce-24-01-00128.pdf. Acesso em: 22 maio 2020.

FARIAS, Andreza Josiany Aires de et al. Assistência de enfermagem na busca por um envelhecimento ativo. In: MONTEIRO, Solange Aparecida de Souza (org.). **Políticas de Envelhecimento Populacional**. Ponta Grossa: Atena, 2019. p. 50-57. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/wp-content/uploads/2019/02/e.book-Pol%C3%ADticas-de-Envelhecimento-Populacional.pdf>. Acesso em: 09 mar. 2020.

FERRARINI, Francisco Otávio Cintra. **Desenvolvimento do conhecimento prático-profissional no processo de implementação de unidades didáticas multiestratégicas para o ensino de Química no contexto da formação inicial de professores**. 2020. 426 f. Tese (Doutorado) - Curso de Química, Universidade Estadual Paulista, Araraquara, 2020.

MEDEIROS, Juliany Ingridy Silva de et al. Oficina de educação em saúde para idosos: um relato de experiência. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE ENVELHECIMENTO HUMANO, 6., 2019, Campina Grande. **Anais [...]**. Campina Grande: Realize, 2019. v. 1, p. 1 - 12. Disponível em: https://editorarealize.com.br/revistas/cieh/trabalhos/TRABALHO_EV125_MD1_SA4_ID2824_25052019185152.pdf. Acesso em: 09 mar. 2020.

PEIXOTO, Wesley Queiroz et al. O lazer enquanto parte integrante do envelhecimento ativo: um relato de experiência. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE ENVELHECIMENTO HUMANO, 6., 2019, Campina Grande. **Anais [...]**. Campina Grande: Realize, 2019. Disponível em: https://editorarealize.com.br/revistas/cieh/trabalhos/TRABALHO_EV125_MD1_SA8_ID2983_24052019182440.pdf. Acesso em: 07 mar. 2020.

PROCÓPIO, Lycia Rinco Borges. **Centro-Dia para idosos: relações de amizade e valorização das memórias**. 2018. 240 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade Federal de Sergipe, São Cristovão, 2018. Disponível em: https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/10104/2/LYCIA_RINCO_BORGES_PROCOPIO.pdf. Acesso em: 23 maio 2020.

RIBEIRO, M. R. F.; PONTES, V. M. A.; SILVA, E. A. A contribuição da extensão universitária na formação acadêmica: desafios e perspectivas. **Revista Conexão UEPG**, v. 13, p. 52-65, 2017. Disponível em: <file:///D:/Downloads/Dialnet-AContribuicaoDaExtensaoUniversitariaNaFormacaoAcad-5978452.pdf>. Acesso em: 23 abr. 2019.