

DOI: 10.46943/IX.CONEDU.2023.GT12.001

A BIBLIOTERAPIA E O USO TERAPÊUTICO DA LITERATURA NA TERCEIRA IDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO TELECUIDADO NA PANDEMIA DA COVID-19

ROSA MARIA DE JESUS BRITO

Docente do Curso de Pedagogia da Universidade Federal do Piauí- UFPI, rosabrito@ufpi.edu.br.

RESUMO

Este trabalho é um relato de experiência das atividades do Projeto de Extensão¹ “Telecuidado na Pandemia da Covid-19: bem-estar pessoal do cuidador e da pessoa idosa no município de Floriano-PI”, vinculado ao Curso de Enfermagem da UFPI, tendo como objetivo cuidar do bem-estar pessoal do cuidador e da pessoa idosa durante as ações de enfrentamento à Covid-19. Para Bezerra (et al, 2020) e Dourado (2020) é imprescindível um olhar empático para a população idosa diante da pandemia [...] para as ações de prevenção e promoção do bem-estar desse público durante a pandemia da covid-19 como uma reflexão necessária que deve ser pensada por familiares e profissionais de saúde. As atividades foram desenvolvidas em cinco Estações de Promoção da Saúde da Pessoa Idosa e Cuidador: Apoio Espiritual, Biblioterapia, Jogo Terapêutico, Educação em Saúde e Musicoterapia. Aqui, discorreremos especificamente sobre as ações da Estação Biblioterapia que fez uso da leitura como ferramenta terapêutica para proporcionar uma melhoria na qualidade de vida das pessoas idosas através de leitura de poemas/poesias, contos/crônicas e histórias de vida intensificar a expressão de sentimentos, resolução de problemas, enfrentamentos ou insights. A metodologia se deu através de reuniões/encontros remotos com a equipe, por meio do serviço de comunicação online, realizados mensalmente às terças-feiras às 15h com duração

1 Projeto de Extensão Telecuidado na Pandemia da COVID-19: bem-estar pessoal do cuidador e da pessoa idosa no município de Floriano-PI.

de 30 minutos pela plataforma **Google Meet**, com os idosos, cuidadores, discentes e coordenadores do projeto e, semanalmente via Aplicativo **WhatsApp** pelo Grupo Meu Bem-Estar na COVID-19. Essa experiência mostrou como o uso terapêutico da leitura pode estimular insights e levar o idoso a adquirir novas visões de si mesmo, instigar o exercício da memória de lembranças importantes, bem como, a comunicação honesta entre si ou com o grupo, sobre os seus sentimentos, valores ou ações apresentando com desfecho um processo harmônico e equilibrado de crescimento e desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: Biblioterapia. Saúde do Idoso. Telecuidado. Covid-19.

INTRODUÇÃO

O contexto da Pandemia da COVID-19² causada pelo Corona Virus Disease-19 e desencadeada pela Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2), nos trouxe o mais nível alto de alerta feita pela Organização Mundial da Saúde (OMS), ao declarar em 30 de janeiro de 2020, que o surto causado pela doença constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (OPAS, 2020).

As condições de cuidado, prevenção e controle da doença impostas pela pandemia fizeram com que medidas no mundo inteiro fossem adotadas, como o isolamento e o distanciamento social com o intuito de cercear seus efeitos. Essas condições fizeram emergir situações familiares e sérios problemas principalmente entre os idosos colocados como “grupo de risco” por estarem em situação de maior vulnerabilidade. Para Bezerra (et al, 2020) os idosos fazem parte do grupo de extrema vulnerabilidade para a doença, necessitando assim, de medidas de isolamentos mais rigorosas, o que torna os dias cansativos e angustiantes.

As pessoas idosas se viram diante de situações que afetaram o seu bem-estar pessoal como mudanças nos seus hábitos rotineiros, o isolamento social como síndrome geriátrica e os medos que envolvem o processo de adoecer e morrer (HAMMERSCHMIDT e SANTANA, 2020). Segundo as autoras, essa situação também apresenta como um fator relevante o aumento de sobrecarga em cuidadores de idosos devido à nova dinâmica de cuidados diários trazidos pela pandemia.

Neste contexto, cuidar do bem-estar pessoal da pessoa idosa e do cuidador se faz necessário, sendo imprescindível um olhar empático para a população idosa diante da pandemia, não focando somente nas medidas rigorosas de isolamento social, mas no pensamento para as ações de prevenção e promoção do bem-estar desse público durante a pandemia da covid-19 como uma reflexão necessária que deve ser pensada por familiares e profissionais de saúde (BEZERRA, et al, 2020).

Nesse contexto, se insere a ação do presente Projeto, o qual foi desenvolvido no âmbito do Curso de Enfermagem da UFPI, tendo como objetivo cuidar do bem-estar pessoal do cuidador e da pessoa idosa durante as ações de enfrentamento

2 A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2, convencionalmente chamado de novo coronavírus. Possui período médio de incubação de 5,5 dias e aparecimento de sintomas em até 11 dias em 97,5% das pessoas infectadas(1). Foi caracterizada como uma pandemia pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 11 de março de 2020.

à Covid-19 no município de Floriano-PI. Essa ação buscou promover o fortalecimento do vínculo entre a pessoa idosa e seu cuidador, estender aos familiares dos idosos as repercussões da promoção do bem-estar pessoal do paciente e de seu cuidador, aproximar os membros da equipe da universidade e de seus pares desenvolvendo papéis institucionais inerentes as funções as quais ocupam e, fomentar o conhecimento atualizado sobre a pandemia do COVID-19 durante as ações de enfrentamento preconizadas pelas instituições e autoridades em saúde à nível regional, nacional e internacional.

A metodologia do Projeto se deu pelo telecuidado desenvolvido mediante aplicação da tecnologia da informação, realizado pelo acompanhamento remoto da pessoa idosa e do cuidador quanto ao seu bem-estar pessoal por meio de telefone e internet utilizando chamadas de voz e vídeo, envio de mensagens, videoconferências e consultas virtuais. As atividades foram desenvolvidas em cinco Estações de Promoção da Saúde da Pessoa Idosa e Cuidador (EProSPIC), a saber: Estação Apoio Espiritual (EProSPIC I), Estação Biblioterapia (EProSPIC II), Estação Jogo Terapêutico (EProSPIC III), Estação Educação em Saúde (EProSPIC IV) e Estação Musicoterapia (EProSPIC V).

Aqui, são descritas especificamente as ações da Estação Biblioterapia (EProSPIC II) que fez uso da leitura como ferramenta terapêutica para proporcionar uma melhoria na qualidade de vida das pessoas idosas envolvendo momentos de leitura de poemas recital de poesias, contação de histórias e contos, e narração de crônicas e histórias de vida.

A biblioterapia pode ser caracterizada como uma ferramenta que faz a utilização de textos para ajudar as pessoas na resolução de problemas mentais e físicos através da prática da leitura. Estudos revelam que o uso dessa ferramenta como promotora de bem-estar pessoal, permite que o desenvolvimento de uma escuta ativa, expressão de sentimentos, partilha de experiências e aprendizagem e conhecimento. Para além da expressão, o método terapêutico da biblioterapia acarreta mudanças no comportamento, nas formas de comunicação e no movimento do homem para além de si mesmo, o que para Caldin (2001, p. 37) consiste em uma dinamização e ativação existencial por meio da dinamização e ativação da linguagem:

A linguagem em movimento, o diálogo, é o fundamento da biblioterapia. O pluralismo interpretativo dos comentários aos textos deixa claro que cada um pode manifestar sua verdade e ter sua visão do mundo. Entre

os parceiros do diálogo há o texto, que funciona como objeto intermediário. No diálogo biblioterapêutico é o texto que abre espaço para os comentários e interpretações que propõem uma escolha de pensamento e de comportamento. Assim, as diversas interpretações permitem a existência da alteridade e a criação de novos sentidos. A biblioterapia não se confunde com a psicoterapia, posto que esta última é o encontro entre paciente e terapeuta e a primeira se configura como o encontro entre ouvinte e leitor em que o texto desempenha o papel de terapeuta.

Para autores como Almeida (2013), Kalache (2020) e Pinheiro (2019) a biblioterapia possibilita o despertar para imaginação, desenvolvimento e aprimoramento da leitura. E mais que isso, a leitura é mais que uma simples apresentação de texto, esta implica numa interpretação, que para Caldin (2001, p. 36):

[...] é em si mesma uma terapia, posto que evoca a idéia de liberdade – pois permite a atribuição de vários sentidos ao texto. O leitor rejeita o que lhe desgosta e valoriza o que lhe apraz, dando vida e movimento às palavras, numa contestação ao caminho já traçado e numa busca de novos caminhos. A biblioterapia contempla não apenas a leitura, mas também o comentário que lhe é adicional. Assim, as palavras se seguem umas às outras – texto escrito e oralidade, o dito e o desdito, a afirmação e a negação, o fazer e o desfazer, o ler e o falar – em uma imbricação que conduz à reflexão, ao encontro das múltiplas verdades, em que o curar se configura como o abrir-se a uma outra dimensão.

Neste sentido, a proposta em questão tem como finalidade criar/apresentar um espaço de acolhimento de pessoas idosas buscando amenizar os sentimentos de estresse, ansiedade e isolamento físico devido à pandemia da Covid-19 tornando-se, através da literatura uma ação indispensável, uma vez que ressignifica atitudes, promove laços de esperança e reconstrói vivências por meio das interfaces de fora e dentro para criação de aspectos perceptivos, intelectuais, emotivos, psicológicos, sociais e culturais. Além disso, funciona como um dispositivo de enfrentamento dos problemas e desafios sentidos pelos seres humanos como sentimentos de medo, tristeza, angústia, dúvida, incertezas, inseguranças e ansiedade.

As atividades da Estação se desenvolveram entre os meses de agosto e novembro de 2020, sendo agosto destinado para a leitura e declamação de Poemas e Poesias; em setembro os Contos foram apresentados em forma de leitura, dramatização e caracterização livre; outubro foi dedicado à leitura de Crônicas e; novembro

ocorreu a contação das Histórias de Histórias de Vida, narrativas da vida real de pessoas conhecidas, desconhecidas e da própria pessoa idosa envolvida no projeto.

Os resultados obtidos foram satisfatórios, mediante o alcance dos objetivos previstos no projeto, o cumprimento total das atividades programadas e a avaliação de tais ações. As atividades foram planejadas e orientadas por um docente e executada por três discentes da graduação, visando o uso terapêutico da literatura para intensificar a expressão de sentimentos, resolução ativa de problemas, enfrentamento ou insight.

A partir da Classificação dos Resultados de Enfermagem (NOC) e na Classificação das Intervenções de Enfermagem (NIC), viabilizando a promoção da saúde e o envelhecimento ativo e saudável no contexto da pandemia do COVID-19, buscou-se trabalhar sob os indicadores da escala de bem-estar pessoal: Desempenho de atividades de vida diária, Desempenho de papéis habituais, Saúde Psicológica, Relações Sociais, Vida Espiritual, Saúde Física, Estado Cognitivo, Habilidade de Enfrentamento, Habilidade de Relaxar, Nível de Felicidade, Habilidade de expressar emoções.

METODOLOGIA

A execução das atividades da Estação Biblioterapia, que integra a metodologia do Projeto, foi realizada através de reuniões e encontros remotos com a equipe de trabalho, por meio do serviço de comunicação **online**. Os encontros simultâneos ocorreram mensalmente nas terças-feiras às 15h com duração de 30 minutos pela plataforma **Google Meet** e, semanalmente via Aplicativo **WhatsApp** através do Grupo Meu Bem-Estar na COVID-19, ambos contando com a participação e interação dos idosos, dos cuidadores, dos discentes e dos docentes integrantes do Projeto. O ínterim ocorreu entre os meses de agosto e novembro de 2020.

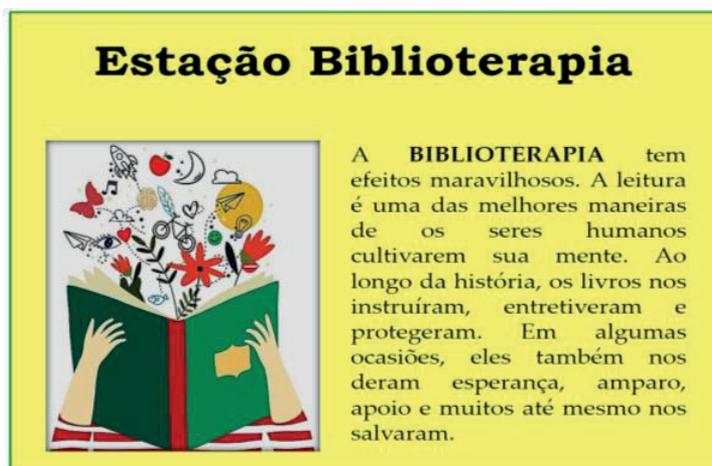
Todo desenvolvimento das atividades se deu de forma remota no que diz respeito ao compartilhamento, interação, produção e composição do cenário audiovisual inserido na proposta. A comunicação e realização das atividades eram feitas em dois momentos: 1) encontros em tempo real para apresentações, se dando uma vez ao mês em transmissão simultânea através de conferências online via Plataforma **Google Meet** e, 2) publicações semanais disponibilizadas no grupo via Aplicativo **WhatsApp** feitas por mensagens, textos, vídeos, áudios, imagens, fotos e atividades interativas.

Cada Estação era composta de uma equipe de trabalho formada por um docente e três discentes, a qual se reunia semanalmente via *Google Meet*, para planejamento e execução das ações da proposta de trabalho para o mês. A construção de cada atividade se dava de forma colaborativa entre a equipe do Projeto, tanto no que diz respeito as discussões, seleção e decisões sobre as temáticas trabalhadas.

Figura 01. Logotipo da Estação e Equipe de Trabalho



Figura 02. Card: Apresentação da Estação



RESULTADOS E DISCUSSÃO (RELATO DE EXPERIÊNCIA)

Com o intuito terapêutico do uso da literatura como ferramenta para intensificar a expressão de sentimentos, resolução ativa de problemas, enfrentamento ou *insight*, a Estação Biblioterapia se encarregou de desenvolver atividade lúdicas

entre os meses de agosto e novembro de 2020, envolvendo leitura e declamação de poemas/poesias, contação de histórias e contos universais e, relatos de histórias de vida.

As atividades se deram de várias formas: gravações em áudio, publicações via mensagens de texto, imagens, fotos e link enviados via Aplicativo *WhatsApp* ao Grupo *Meu Bem-Estar na COVID-19*, tendo como destinatária a pessoa idosa e, apresentações interativas de leitura e contação com dramatização e caracterização livre em transmissão simultânea de 30min via *Google Meet* entre todos os participantes.

O mês de agosto, destinado para a leitura e declamação de poemas e poesias, trouxe textos escolhidos com temas voltados para a realidade do nosso público-alvo como: A idade de ser feliz (Geraldo E. de Souza), Envelhecer (Albert Camus), Quantos anos tenho? (José Saramago), Equacionando o problema matemático da idade (José Guilherme S. Filho) e Ser idoso (Maria Dionésia Santos da Silva), dentre outros.

<p>POEMA – SER IDOSO <i>(Maria Dionésia S. da Silva)</i> Ser idoso é ter a coragem de olhar para frente E dizer que traz consigo um mundo de conhecimento. Ser idoso é ser gente. Ser idoso É poder dizer que tem a dádiva da vida E o poder da mente Que possui uma vasta experiência E carrega em sua guarida A realização e a gratidão da existência. Ser idoso, É ser alguém consciente Pedindo a Deus sempre mais anos de vida Para viver com os seus e ser uma pessoa querida.</p>	<p>Ser idoso, é guardar o que sente Do lado bom e ruim das coisas Dos momentos que viveu E, um dia, tristemente Sofreu. E num outro dia, alegremente Viveu... E foi feliz Como um sábio aprendiz. Ser idoso É aprender, do ontem, a lição Hoje, guardada nas eternas lembranças Bem no fundo do coração. Ser idoso é ter no rosto A marca da sabedoria A experiência de muitos momentos Vividos com alegria.</p>	<p>O que mais lhe entristece É a falta de respeito, carinho e atenção Dê ao nosso idoso o que ele merece E o que queres para ti. Não o maltrate, abrace-o de coração Porque o que estás hoje a pedir Num futuro tão próximo podes conseguir. Por isso, tratar bem o idoso É meu, é teu, é nosso dever Não esqueça que o idoso de hoje Amanhã pode ser você, Basta ter vida em abundância E nem tão cedo morrer.</p>
---	--	---

Figura 03. Card do Tema do Mês



Estação Biblioterapia
Meu Bem-Estar Covid-19

Poemas

Poemas (GP Meu Bem-Estar Covid-19)

A alma só envelhece se você PERMITIR

" Quando a velhice chegar, aceita-a, ama-a. Ela é abundante em prazeres se souberes amá-la. Os anos que vão gradualmente declinando estão entre os mais doces da vida de um homem. Mesmo quando tenhas alcançado o limite extremo dos anos, estes ainda reservam prazeres" (Sêneca).

Figura 04. Recital de Poesias (Google Meet)



Estação Biblioterapia
Meu Bem-Estar Covid-19

Poesias

Recital de Poesias (Google Meet)

RECITAL DE POESIAS

1. PAISAGEM DO INTERIOR (JESSIER QUIRINO)
2. PARAÍSO DE CABO DE SERROTE (JESSIER QUIRINO)
3. AMAR (CARLOS DRUMMOND)
4. SENDO EU, UM APRENDIZ (BRÁULIO BESSA)
5. NÃO SEI (CORA CORALINA)
6. HUMILDADE (CORA CORALINA) A IDADE DE SER FELIZ (GERALDO E. DE SOUZA)
7. ENVELHECER (ALBERT CAMUS)
8. QUANTOS ANOS TENHO? (JOSÉ SARAMAGO)
9. EQUACIONANDO O PROBLEMA MATEMÁTICO DA IDADE (JOSÉ GUILHERME S. FILHO)
10. SER IDOSO (MARIA DIONÉSIA SANTOS DA SILVA)

A poesia é uma forma de traduzir necessidades humanas, além de possibilitar a mudanças de perspectivas de vida, entendendo que existem diversas formas de lidar com as problemáticas que nos cercam, ressaltando também que a verbalização dos nossos sentimentos é uma ferramenta de empoderamento.

Em setembro, os Contos foram apresentados em forma de leitura e dramatização gravados em vídeos, como também apresentados em tempo real por transmissão online. Dentre os contos mais populares destacaram-se: O Cágado e a festa no céu, O Macaco e a Cotia, A Raposa e o Tucano, A Onça e o Gato, A cumbuca

de ouro e os marimbondos, O Jabuti e a Onça, A sopa de pedra e a Nova roupa do Rei. Na ocasião, esses dois últimos foram ensaiados, gravados em vídeos e socializados via *WhatsApp* no Grupo *Meu Bem-Estar na COVID-19* (Figura 6).

Figura 05. Card do Tema do Mês



Estação Biblioterapia
Meu Bem-Estar Covid-19

Contos


Contos (GP Meu Bem-Estar Covid-19)



Contar histórias resgata memórias e contribui positivamente para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. Contar histórias é uma habilidade que acompanha o ser humano desde os tempos mais remotos. Através de histórias contadas, as tradições e o passado de um povo são transmitidos de geração em geração.

Figura 06. Apresentação de contos em vídeos



APRESENTAÇÃO - CONTOS

Contos


Contos(GP Meu Bem-Estar Covid-19)


CONTO: A SOPA DE PEDRAS
Janaina Oliveira


CONTO: A NOVA ROUPA DO REI
Suellen Ribeiro



A função terapêutica da leitura pode proporcionar pacificação de emoções, auxiliar na resolução de conflitos e problemas internos e, amenizar problemas de ordem mentais, emocionais e psíquicas. Para Caldin (2001a, p. 36) “A leitura de histórias propicia ao leitor extrair emoções reprimidas e incentiva a resolução de

problemas. A leitura através de textos literários é capaz de se tornar curativa e alterar o estado psíquico do leitor, de forma a amenizar os sofrimentos e transtornos”.

Esse período também foi destaque para o tema Saúde Mental e conscientização do Mal de Alzheimer (Figura 07), no qual apresentamos textos de reflexão, vídeos-poemas e jogos interativos como os “sete erros” e “caça-palavras” relacionados às leituras apresentadas. Ainda trabalhamos a poesia popular e a literatura de cordel (Figura 08) com seu enredo de fácil entendimento e sua linguagem popular que prende a atenção, além de ser um gênero bastante conhecido e presente na vida dos idosos.

Figura 07. Card “Momento Você Sabia?”

*Dia 21 de Setembro - Dia Mundial de
Conscientização sobre a Doença de Alzheimer*

Você Sabia?

A **LEITURA** prática que abre novos horizontes, pode trazer inúmeros acréscimos para a qualidade de vida. Estudos apontam que quem estimula o cérebro com a leitura pode prevenir o desenvolvimento de doenças como o **ALZHEIMER**. Uma mente ativa significa menos chance de perda do poder das funções cerebrais.

Figura 08. Card “Momento O que é o que é?”

<p>Literatura de Cordel É poesia popular, É história contada em versos Em estrofes a rimar, Escrita em papel comum Feita pra ler ou cantar.</p> <p>A capa é em xilogravura Trabalho de artesão Que esculpe em madeira Um desenho com ponção Preparando a matriz Pra fazer reprodução.</p> <p>Os folhetos de cordel Nas feiras eram vendidos Pendurados num cordão Falando do acontecido, De amor, luta e mistério, De fé e do desassistido.</p>	<p>O que é Literatura de Cordel?</p> <p>(Francisco Ferreira Filho Diniz)</p> 	<p>A minha literatura De cordel é reflexão Sobre a questão social E orienta o cidadão A valorizar a cultura E também a educação.</p> <p>Mas trata de outros temas: Da luta do bem contra o mal, Da crença do nosso povo, Do hilário, coisa e tal E você acha nas bancas Por apenas um real.</p> <p>O cordel é uma expressão Da autêntica poesia Do povo da minha terra, Que luta pra que um dia Acabem a fome e miséria, Haja paz e harmonia.</p>
---	---	---

A interação causada pela exposição da literatura de cordel utilizando textos, vídeos-animações, gravações das próprias discentes recitando cordéis, jogos interativos e curiosidades, estreitou a relação dos/as idosos/as e dos/as cuidadores/as e acadêmicas. Com a participação ativa resolveram os desafios propostos e até relataram algumas experiências de vida relacionadas com o tema, como o uso de certos objetos que foram citados nos cordéis e familiares que recitavam e criavam poesias populares. Uma visão reforçada por Caldin (2001, p. 13) para quem a Biblioterapia é concebida “como leitura dirigida e discussão em grupo, que favorece a interação entre as pessoas, levando-as a expressarem seus sentimentos: os receios, as angústias e os anseios”.

O mês de outubro foi dedicado à leitura a apresentação de Crônicas. Iniciamos com reflexões sobre a leitura na terceira idade, via *WhatsApp* pelo Grupo Meu Bem-Estar na Covid-19, na ocasião apresentamos a crônica Velhice de Manoel José Rodrigues.

VELHICE...

(Crônica de Manoel José Rodrigues)

A velhice chegou como uma nuvem escura sobre o céu. O velho agora mora sozinho. Seus filhos foram levados pela mão da vida chamado destino. Os dias se passam como todos os dias, sempre com a rotina de quem já cumpriu sua missão ou de quem não tem mais missão para cumprir. Assim o velho convive com sua velha rotina chamada solidão. Sua casa sempre foi visitada pelos filhos, talvez fosse mais quando eles estavam ainda precisando do velho pai. Que bom que todos eles já conseguiram sua independência. Os vizinhos observam e cuidam do solitário homem, quase abandonado. Mais um dia chegou, desta vez é um dia mais especial, o Dia dos Pais, eles sempre vieram neste dia, talvez não venham sempre, mas sempre vêm no Dia dos Pais. O dia chegou, demorou e passou, dos muitos filhos apenas um ligou. Uma vizinha do velho homem notou a tristeza, pois conhecia tudo que ele havia feito para deixar seus filhos bem na vida, todo seu sacrifício. A vizinha chegou ao entardecer, trouxe um pedaço de bolo e comentou: - Nenhum de seus filhos vieram hoje? O velho apenas respondeu: - Só um ligou. Fez-se um longo silêncio, depois o velho completou: - Ele disse que eles não vieram porque os filhos deles deram uma festa para eles. A mulher ficou inconformada: - Mas a festa tinha que ser para o senhor. O homem bem mais experiente que ela respondeu com a voz embargada: - Este pai aqui já deu o que tinha que dar. Outra vez se fez um silêncio e a mulher notou uma lágrima escorrer pelo rosto enrugado do pai cansado, que terminou a frase: - Deixem eles festejarem enquanto ainda são lembrados.

Moral da estória: “Muitos pais são como páginas que são viradas pelo vento da ingratidão.”

Além do texto da crônica inicial, dos informativos, de jogos interativos e vídeos envolvendo o tema, outras pequenas crônicas foram publicadas fazendo parte do repertório de atividades, como podemos destacar:

DUAS PEQUENAS CRÔNICAS ENGRAÇADAS

(Edilson Rodrigues Silva)

I - Numa entrevista de emprego: - Muito bem meu rapaz!...Eu até que gostei de você, achei você bastante simpático. Vamos fazer um último teste: - Vamos dizer que você está no pantanal e de repente aparece uma onça enorme, o que você faz? Perguntou a entrevistadora. - Se eu tiver uma arma eu atiro nela. Disse o entrevistado. - E se o senhor não tiver uma arma? - Aí eu pego uma faca e vou pra cima dela. Cheio de valentia respondeu o entrevistado. - E se você não tiver uma faca? Continuou a entrevistadora. - Aí eu saio correndo. - E se o senhor não puder correr? - Tem certeza que a senhora gostou de mim?

II - Já fazia um bom tempo que aquele policial estava de olho naquele motorista apressadinho. Ele pensou: Amanhã esse cara não vai me escapar. Vou pará-lo e lhe darei uma multa daquelas bem salgadas. O engraçadinho não perde por esperar. No dia seguinte o policial fez o sinal para que o motorista infrator parasse. O motorista atendeu prontamente e parou o veículo. Sem perder tempo o policial foi logo dizendo: - hãhã!...hãhã! Bonito heim! Até que enfim nos encontramos. Por acaso o senhor sabia que já faz um bom tempo que eu estava a sua espera. - Puxa vida seu policial! Sinceramente, sinto muito! Eu juro que eu não sabia, só fiquei sabendo disso há alguns minutos e, como o senhor mesmo viu, eu vim o mais rápido que pude.

Figura 09. Card do Tema do Mês

Estação Biblioterapia
Meu Bem-Estar Covid-19



Crônicas

 Crônicas (GP Meu Bem-Estar Covid-19)

A crônica é um gênero textual curto escrito em prosa, geralmente produzido para meios de comunicação, por exemplo, jornais, revistas, etc. Além de ser um texto curto, possui uma "vida curta", ou seja, as crônicas tratam de acontecimentos corriqueiros do cotidiano.

Figura 10. Card "Momento Curiosidade"

 **Momento Curiosidade**

Veja dois escritores cronistas brasileiros

Conta aqui pra gente, vocês conhecem algum deles?

Rubem Braga, (1913-1990) foi um escritor e jornalista brasileiro. Tornou-se famoso como cronista de jornais e revistas de grande circulação no país. Foi correspondente de guerra na Itália e Embaixador do Brasil em Marrocos.



Luis Fernando Verissimo (1936) é um escritor brasileiro. Famoso por suas crônicas e contos de humor, é também jornalista, tradutor, roteirista de programas para televisão e músico. É filho do escritor Érico Veríssimo.



A crônica se caracteriza pela simplicidade do vocabulário, pelos temas recortados do cotidiano, pela brevidade da leitura e a pela sua linguagem poética. Para Candido (1992, p. 14) a crônica está sempre ajudando a estabelecer ou restabelecer a dimensão das coisas e das pessoas:

Em lugar de oferecer um cenário excelso, numa revoada de adjetivos e períodos candentes, pega o miúdo e mostra nele a grandeza, uma beleza ou uma singularidade insuspeitada. Ela é amiga da verdade e da poesia nas suas formas mais diretas e nas suas formas mais fantásticas, sobretudo porque quase sempre utiliza o humor.

Em novembro às Histórias de Vida foram apresentadas através de narrativas da vida real de pessoas conhecidas, desconhecidas e da própria pessoa idosa envolvida no Projeto. Em bate-papo real fizemos um diálogo com algumas questões pertinentes: 1. Como é a sua casa, sua vizinhança e a cidade onde cresceu?; 2. De quais tradições familiares você se lembra?; 3. Quais recordações têm de seus avós?; 4. Quais foram os desafios que você teve de enfrentar?; 5. De que tipo de comida você gosta e a que não gosta?; 6. Que eventos mais importantes da comunidade, nacional e mundial que você vivenciou e como alguns desses eventos mudaram sua vida?; 7. Quais são suas filosofias de vida ou os pontos de vista que você compartilharia com outras pessoas?; 8. Quais pessoas você classificaria como verdadeiros grandes homens e mulheres e o que fizeram para serem grandes?; 9. Quais coisas que você acha que faria do mundo um lugar muito melhor se não existissem?; 10. Do que você tem medo e o que mais te fascina na vida?; 11. Se você pudesse voltar no tempo e fazer as coisas de novo, o que você mudaria?

Figura 11. Card do Tema do Mês

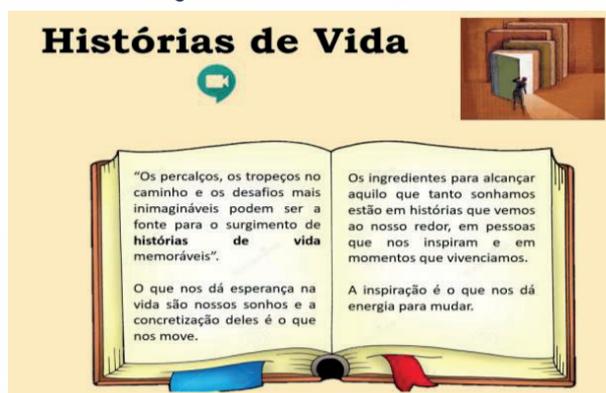
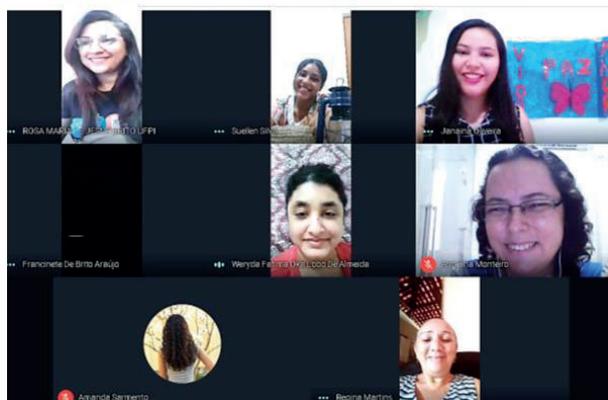


Figura 12. Relatos das Histórias de Vida (Google Meet)



Pelo momento em questão, de estarmos vivenciando o isolamento social ocasionado pela Pandemia da Covid-19, concluímos essa atividade trazendo alguns relatos de histórias de vida reais de pessoas através do “Diários da Quarentena”. Os relatos foram colhidos de pessoas próximas das e pelas discentes participantes do Projeto e, apresentados ao Grupo, como podemos destacar alguns deles:

Amanda Sarmiento. “A quarentena tem sido um pouco difícil, pois o medo do vírus é grande, e está aumentando a cada dia, mas tenho fé que vai passar. Durante esse período, aproveitei bastante a minha família e mesmo com esse cenário atual que vivemos tentamos não baixar a cabeça. Este ano também tive a oportunidade de fazer parte de um projeto da Universidade Federal do Piauí e tem sido muito proveitoso. Realizamos ligações semanais a idosos e a cada semana fico mais feliz, pois vejo a importância de cuidar de uma pessoa idosa, pois são seres incríveis e de grande sabedoria e experiência. Recentemente voltei a rotina com as aulas EAD e tem sido um pouco difícil também a adaptação a esse novo meio tecnológico, mas aos poucos iremos nos adaptando. Enfim, espero que tudo isso passe logo, pois estou com saudades da minha antiga rotina”.

Jean Carlos. “O isolamento social, para mim, até que foi proveitoso, usei meu tempo livre pra fazer algumas atualizações e para praticar outras atividades em casa, que eram até então, esquecidas por falta de tempo da correria diária. Realizei minicursos, participei de palestras, congressos, fiz curso de idiomas, preparação de artigos científicos, conheci novas pessoas, desafiei meus limites e coloquei em seguimentos sonhos que tinha sido pausado. Dentre esses sonhos, está a retomada de meu curso técnico em enfermagem, creio que se não fosse a pandemia, eu não iria terminá-lo, e agora tenho a honra de terminar. Pra mim acho que esse foi o máximo. Mas claro que teve o lado de desafio, que era se trancar, pra se guardar do vírus, passamos a ter que nos contentar apenas com um sorriso de longe, um tchau um beijo jogado, já que os abraços e apertos de mãos não podem, alguns problemas se intensificaram e outros foram solucionados, mas com a certeza que no fim tudo dará certo, no fim sairemos vitoriosos dessa batalha”.

Figura 13. Card “Momento Você Sabia?”

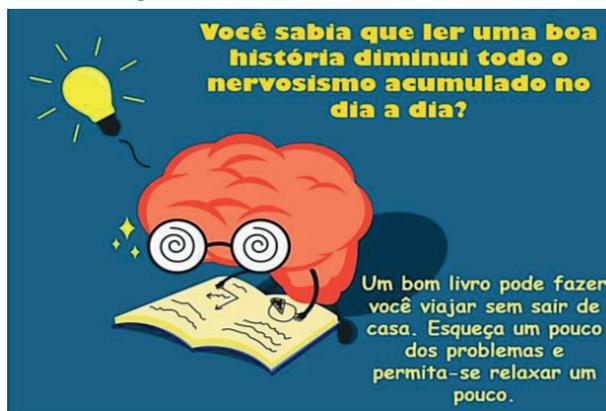


Figura 14. Card “Momento Dicas de Leitura”



Ao finalizar o Projeto, percebemos a importância dessas ações para a comunidade acadêmica e adjacências que a extensão universitária proporciona. Os resultados obtidos foram bastante satisfatórios, uma vez que conseguimos alcançar os objetivos propostos sem percalços ou inconvenientes externos, conforme se deu a realização das atividades programadas bem como a avaliação dessas ações.

A ação permitiu aprendizados significativos para as discentes, possibilitou uma maior integração entre todos/as participantes e proporcionou aos idosos a ampliação da visão interna do próprio ser, a percepção e o sentir a realidade. Esse movimento “busca engrandecer as visões internas do indivíduo para o mundo e ao seu redor, advertindo-o para a realidade da situação da vida e ajudando-o no enfrentamento do que não pode ser mudado” (VASQUEZ, 1989, p. 51, Apud SEBASTIÃO, 2012, p.57).

Nos relatos e depoimentos dos/as idosos/as observados ao longo do processo percebemos que as atividades executadas oportunizaram a vivência de todos envolvidos em ações para a valorização do telecuidado. Percebeu-se o desenvolvimento de aprendizados, a realização de uma satisfação pessoal e a busca pelo entretenimento e acolhimento, o que trouxe a possibilidade destes de vivenciar comportamentos para o envelhecimento ativo.

A cada atividade realizada era perceptível a participação e o envolvimento dos/as idosos/as e dos/as cuidadores/as no que diz respeito às habilidades e percepções que foram sendo desenvolvidas, a criatividade, a concentração, a elaboração caprichosa das apresentações, a valorização do trabalho e a percepção do sentido da leitura para a vida. Essa experiência nos permitiu ver como o uso terapêutico da leitura pode acarretar estímulos de insights e levar ao idoso a adquirir novas visões de si mesmo, instigar o exercício da memória de lembranças importantes, afetivas e felizes, bem como, a comunicação honesta, entre si ou com o grupo, sobre os seus sentimentos, valores ou ações apresentando com desfecho um processo harmônico e equilibrado de crescimento e desenvolvimento pessoal.

Por meio da biblioterapia é possível o leitor buscar identificar-se com os temas e enredos das histórias, seus personagens e acontecimentos, podendo assimilar formas de resolver problemas e conflitos internos e externos da própria existência. Ele pode dialogar com o autor da história e entrar em um universo de possibilidades de mudança de espírito. No decorrer das apresentações as participantes reconheceram poemas e seus respectivos autores, até mencionaram seu gosto pessoal por esse ramo literário e citaram alguns dos seus títulos favoritos.

A leitura feita de forma lúdica melhora o dia, propicia momentos de relaxamento e diversão, principalmente no contexto da sociedade que vivemos na qual “não temos” tempo para o lazer, ou não damos a devida atenção e cuidado. Além disso, o planejamento e escolha do material são importantes para as discussões do que foi apresentado, conversas, partilhas de opiniões e interações, como também aproximação do idoso com o cuidador em momentos de descontração. Para Rudakof (2014, p. 08) “a técnica da Biblioterapia está além de apenas proceder à leitura. Envolve a escolha de conteúdos, tipos de texto, tamanho e ritmo de leitura, adequados para o resultado esperado”.

A vivência com a literatura seja na contação de histórias, declamação de poemas/poesias e narração de histórias de vidas pôde possibilitar uma estimulante interação social, um diálogo afetivo com compartilhamento de saberes e impulsionar

a cognição e a memória dos/as idosos/as. Ao ouvir, contar e compartilhar histórias estes reviveram memórias, sentimentos e sensações vividas no passado trazendo para o momento presente experiências emocionais significativas, tanto no campo do desenvolvimento cognitivo quanto no campo do lazer, uma vez que, como afirmam Gáspari e Swartz (2015): podem atender às necessidades internas do ser humano e contribuir para o autodesenvolvimento e a qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Consideramos a experiência enriquecedora e exitosa na perspectiva de colaborar com o aumento da percepção positiva do cuidador e da pessoa idosa sobre o próprio estado atual de saúde durante as ações de enfrentamento à COVID-19 no município de Floriano-PI. A pessoa idosa, mantendo contato com os seus próprios sentimentos através das atividades adequadas propiciadas pela Biblioterapia, pode vir a entender-se melhor, adquirir novas visões de si mesmo, com possibilidades de percepção de que ela pode não ser o único que sofre uma determinada situação ou um problema específico.

A aplicação do Projeto que objetivou cuidar do bem-estar pessoal do cuidador e da pessoa idosa durante as ações de enfrentamento à Covid-19, procurou entre outros objetivos, a promoção do fortalecimento do vínculo entre a pessoa idosa e seu cuidador, a divulgação e extensão das repercussões da promoção do bem-estar pessoal e a aproximação dos membros da equipe da universidade e de seus pares desenvolvendo papéis institucionais inerentes as funções as quais ocupam.

Através da Estação Biblioterapia foi possível colocar em prática a atividade de leitura de forma terapêutica ao público destinado: pessoas idosas e cuidadores. A abordagem da Estação trouxe consigo uma novidade no telecuidado e potencializou o desejo e a curiosidade no mundo da leitura, apesar das dificuldades encontradas, como adaptação dos idosos às plataformas utilizadas e a instabilidade dos serviços de redes de internet. As discentes utilizaram de sua criatividade e autonomia nas diversas situações já apresentadas e, os demais participantes se mostraram ativos e receptivos tecendo uma verdadeira rede de conhecimentos, descobertas e partilhas.

O efeito desta vivência foi bastante positivo no que diz respeito à partilha de saberes, socialização de sensações/emoções/sentimentos, estabelecimento de diálogos com outros sujeitos, construção de autonomia, construção de redes

e relações e estreitamento de vínculos sociais e afetivos. Essa ação reforça como experiências desta natureza contribuem para a responsabilização do cuidado integral do indivíduo, pautada no diálogo, na escuta ativa, na resolução de conflitos e em mudanças voltadas para práticas de inclusão e autonomia da pessoa idosa.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Edson Marques et al. Biblioterapia: o bibliotecário como agente integrador e socializador da informação. **Múltiplos Olhares em Ciência da Informação**, v. 3, n. 2, 2013. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/moci/article/view/17365>>. Acesso em: out, 2020.

BEZERRA, Polyana Caroline de Lima; LIMA, Luiz Carlos Ribeiro de; DANTAS, Sandro Carvalho. **Pandemia da Covid-19 e idosos como população de risco: aspectos para educação em saúde**. Cogitare Enfermagem, [S.l.], v. 25, ago. 2020. ISSN 2176-9133. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/73307>>. Acesso em: 14 nov. 2023. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.73307>.

CALDIN, Clarice Forkamp. **A leitura como função terapêutica**: biblioterapia. Encontros Bibli: revista eletrônica de biblioteconomia e ciência da informação, 2001, p. 32-44. Disponível em <http://www.encontros-bibli.ufsc.br>. ISSN 1518-2924. Acesso em: 27 abr. 2011.

_____. **A poética da voz e da letra na literatura infantil**: (leitura de alguns projetos de contar e ler para crianças). 2001. Disponível em: <<http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/81866>>. Acesso em: out, 2020.

CANDIDO, Antonio. **A crônica**: o gênero, sua fixação e suas transformações no Brasil. 2 ed. Campinas: Ed. da Unicamp/ Fundação Casa de Rui Barbosa, 1992.

DOURADO, S. P. da C. (2020). **A pandemia de COVID-19 e a conversão de idosos em "grupo de risco"**. Cadernos De Campo (São Paulo - 1991), 29(supl), 153-162. <https://doi.org/10.11606/issn.2316-9133.v29isuplp153-162>.

GÁSPARI J. C., Swartz G. M. **O idoso e a ressignificação emocional no lazer.** *Psic: Teor Pesq.*; 21 (1): 69-76. Disponível em: <<http://www.sci-elo.br/pdf/ptp/v21n1/a10v21n1.pdf>>. 2005.

HAMMERSCHMIDT, K.S.A; SANTANA, R.F. **Saúde do idoso em tempos de pandemia covid-19.** *Cogitare enferm* V. 25, e72849, 2020. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849/pdf>>. Acesso em 04 de junho de 2020.

KALACHE, Alexandre et al. Envelhecimento e desigualdades: políticas de proteção social aos idosos em função da Pandemia Covid-19 no Brasil. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, e200122, 2020 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232020000600101&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: out, 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus).** [Internet]. 2020. [acesso em 04 jun 2020]. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875.

PINHEIRO, Edna Gomes et al. Biblioterapia para idosos: a leitura faz bem aos olhos e ao coração. In: **Anais do Congresso Brasileiro de Biblioteconomia, Documentação e Ciência da Informação-FEBAB.** 2019. Disponível em: <<https://anaiscbbd.emnuvens.com.br/anais/article/view/2158/2159>>. Acesso em: out, 2020.

RUDAKOFF, Ana Lúcia Sobrinho. **Biblioterapia.** São Luís: [s.n.], 2014. 47 p.

SEBASTIÃO, M. M. C. P. Biblioterapia: a função terapêutica do livro em ambiente prisional .2012. 98 f. **Dissertação de Mestrado.** Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Disponível em: <<http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/3653/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20-%20Biblioterapia.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 04 de mai. 2020.