

OFICINA ALEGRIA DE NÃO ESTAR SÓ: UM ENCONTRO INTERGERACIONAL

Noely Cibeli dos Santos
Aline Silveira Pontes
Marcia Maria de Souza
Jeciana de Oliveira Sales

Introdução. O envelhecimento não se caracteriza apenas como um fenômeno individual ou biológico, mas também como uma questão de âmbito psíquico e social. A manutenção da independência para as atividades da vida diária e autonomia, juntamente com a satisfação com relacionamento familiar e amizades são fatores preditivos do envelhecimento bem-sucedido, pois o idoso é um ser de relação consigo mesmo, com os outros e com as suas crenças.¹ Neste contexto, percebe-se que os grupos são importantes na vida dos idosos, pois ali tem a possibilidade de encontrar estímulo para uma vida social sadia, desenvolver sua cultura e ter momentos de lazer, melhorando sua autoestima e sua aceitação na sociedade, pois é nesses locais que recebem lições de cidadania, de participação e de como colaborar com o bem comum.² As Instituições de Ensino Superior devem ter um compromisso com a comunidade do seu entorno e os grupos de idosos pode ser esse espaço de formação, convivência intergeracional e crescimento pessoal dos alunos e dos idosos. Trabalhar com o aluno neste contexto proporciona uma experiência reflexiva, tornando o contato com o envelhecimento uma experiência gratificante que irá garantir a qualidade de assistência de enfermagem ao idoso.³ **Objetivo.** Relatar as repercussões da Oficina alegria de não estar só para a promoção do envelhecimento ativo e sua contribuição para a formação do aluno. **Metodologia.** A metodologia utilizada é o relato de experiência, adotando o método descritivo segundo as etapas sequenciais da realidade concreta. A comunidade Jardim Refúgio está situada na Cidade de Ivatuba, PR, no entorno da Faculdade Adventista Paranaense. Cumprindo o seu compromisso com a sociedade, o curso de Enfermagem desenvolve diferentes ações de extensão comunitária, sendo um deles o Projeto Promoção do Envelhecimento Bem-Sucedido Baseado na Fé. O Projeto acontece desde 2010 e a cada ano uma temática é desenvolvida no formato de oficina. As oficinas acontecem nas dependências da igreja Adventista e diferentes temáticas foram desenvolvidas e adaptadas para realidade desse grupo religioso que já apresenta princípios promotores de saúde. As oficinas realizadas foram: Oficina de memória: revisitando o sentido para o viver; Mantenha o seu cérebro em forma; Compreendendo o processo de senescência para a promoção da saúde; Saúde e cidadania, Sentido de vida; Prazer em envelhecer; Refletindo o sentido de vida através das parábolas e Alegria de não estar só. A cada ano os alunos voluntários passam por curso de formação e são selecionados para participarem. Algumas sessões são incorporadas às atividades práticas da disciplina Enfermagem no Envelhecimento Saudável. Os encontros acontecem uma vez por semana e a maioria dos participantes frequentam as oficinas desde 2010, sendo possível acompanhar o desenvolvimento pessoal de cada idoso. A Oficina Alegria de não estar só, objeto desse relato de experiência, teve início em março de 2017 e está na sua décima sessão. Contou com a participação de três alunos selecionados e quatro sessões foram coordenadas pelos alunos que realizavam a prática da disciplina Enfermagem no envelhecimento saudável. A oficina foi uma adaptação do segundo volume da Coleção Ética: arte de viver de Betuel Cano – A alegria de não estar só. Esta

colegação desenvolvida para jovens foi adaptada para o contexto do envelhecimento e da comunidade religiosa. Este volume aborda o tema convivência e os valores que contribuem para o crescimento da pessoa no convívio, ajudando na tomada de consciência do outro através do processo que abrange desde o companheirismo até a autêntica comunhão, passando pelas etapas de amizade, afeto, conflito, negociações, reconciliação e perdão.⁴ As sessões foram organizadas em temáticas centrais correspondentes ao valor-chave e sub temáticas: Sensibilização: valor-chave integração; Sou um ser com os outros: valor-chave diálogo; Pertencço a uma sociedade: valor-chave socialização; Fortaleço minha convivência: valor-chave convivência; Minha comunidade religiosa: valor-chave compromisso. São realizadas dinâmicas, exercícios individuais e em grupo, debates e tarefa/reflexão para a semana. **Resultados.** Os idosos se mostraram participativos e interessados nas atividades propostas, sendo receptivos com os alunos que coordenaram as sessões, refletindo e obtendo lições a respeito das temáticas abordadas. Foi preciso haver mediações de conflitos frente a opiniões contrárias, mesmo assim, a interação e a convivência não foram prejudicadas, resultando numa experiência que possibilitou uma abordagem do tema de forma mais real e prática. Ao refletirem sobre a oficina, os idosos relataram: *“Foi legal, prazeroso, muito bom estar aqui com vocês, aprendendo coisas boas que servem muito para nós”*; *“Aprendemos sobre a união, que é muito importante para as pessoas”*; *“Para mim sempre é bom participar dessas programações. A gente aprende mais um pouco sobre a vida”*; *“Teve muitas atividades que fez com a gente refletisse. Achei muito bom mesmo porque tem coisas que parece estar no interior e a gente não solta. Quando há um estímulo e a gente aprende e também desenvolve com todos”*. Outros relatos foram a respeito da repercussão dos temas tanto para a vida social quanto para a saúde física e mental. Foi salientado a admiração pela paciência dos alunos, pois a maioria possui baixa escolaridade, necessitam de auxílio e se sente horados por estarem estudando. Os acadêmicos relataram uma nova perspectiva sobre o curso, tendo a oportunidade de enxergar a profissão como sendo não apenas a realização de técnicas no ambiente hospitalar. Entenderam a importância da inserção do enfermeiro na comunidade, promovendo orientação necessária para o envelhecimento bem-sucedido, além de obter o conhecimento sobre as várias formas do envelhecer, aprimorando sua percepção e atitude para compreender e respeitar as necessidades e o repertório de cada idoso. **Conclusões.** Os idosos refletiram sobre a importância dos relacionamentos e a necessidade do desenvolvimento de respeito e tolerância. A integração com os alunos foi mais uma vez fundamental para o desenvolvimento da temática de forma afetiva. Para os alunos contribuiu para o desenvolvimento profissional e pessoal, pois apresentou novas perspectivas sobre a atuação do Enfermeiro, que realiza o real cuidado ao promover o conhecimento necessário para melhorar o estilo de vida da comunidade em todas as suas dimensões. **Contribuições para a enfermagem.** As ações nos grupos de idosos possibilita uma aproximação com as diferentes formas de envelhecer e o planejamento das ações a partir da necessidade do idoso. A inclusão dos alunos nos projetos comunitários possibilita o desenvolvimento de novas habilidades para que a enfermagem atue em novos espaços, garantido o seu empoderamento, autonomia e uma enfermagem que promove um envelhecimento com qualidade

Descritores: enfermagem geriátrica; promoção da saúde; educação em enfermagem

Eixo 4: Formação para o cuidado gerontológico e a articulação ensino-serviço-comunidade;

Referências

Moraes JFD, Souza VBA. Factors associated with the successful aging of the socially-active elderly in the metropolitan region of Porto Alegre. Rev. Bras. Psiquiatr. 2005; 27(4): 302-308.

Wichmann FMA, Couto AN, Areosa SVC, Montañés MCM. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. Rev. bras. geriatr. gerontol. 2013; 16(4): 821-832.

Santos NC, Meneghin P. Concepções dos alunos de graduação em enfermagem sobre o envelhecimento. Rev. esc. enferm. USP. 2006; 40(2): 151-159.

Cano B. Ética: arte viver: a alegria de não estar só. 6 ed. São Paulo: Paulina; 2011.