

Título

Buscando os sentidos do envelhecimento e a qualidade de vida: relatos de um grupo de convivência de idosas

Proponente

Fabiana Aparecida Almeida Lawall & Mariana de Oliveira Fraga

Resumo

Estudos atuais apontam que o crescimento da população idosa é uma realidade mundial, todavia o prolongamento da vida é considerado uma conquista quando qualidade está agregada aos anos adicionais de vida (Veras, 2009). No envelhecimento o indivíduo passa por mudanças que podem repercutir no seu recolhimento da comunidade, deixando-o vulnerável a estados depressivos e de angústia; sua saúde física pode debilitar-se, aumentando o risco de doenças como hipertensão e osteoporose (Souza, Galante & Figueiredo, 2003; Vecchia, Ruiz, Bocchi & Corrente, 2005). Com um expressivo aumento da população idosa observou-se, a partir da década de 90, a criação de espaços voltados para a reunião de idosos, que buscam incentivar autonomia, reinserção social, promovendo saúde e velhice bem-sucedida (Irigaray & Schneider, 2008). Considerando o lugar que estes espaços podem ocupar no âmbito da qualidade de vida desta população, o grupo de convivência de idosas do bairro Vila Ideal, realizado durante o ano de 2009, abordando temas sugeridos pelas próprias participantes através de discussões, dinâmicas de grupo e atividades reflexivas, buscou a criação de um ambiente empático, de interação social, favorecendo a troca de experiências, retirando as participantes da ociosidade e proporcionando bem-estar. Além disso, o grupo foi de grande importância na formação de suas coordenadoras, uma vez que, enquanto prática profissional para estas estudantes, contribuiu no processo ensino-aprendizagem, através de um espaço onde as mesmas tiveram a oportunidade de colocar em prática as teorias aprendidas no curso, puderam trocar experiências de vida com as participantes, como também realizar discussões com outros profissionais, tanto nas supervisões de estágio, como na UBS que demandou o trabalho, favorecendo, dessa forma, uma maior aquisição de conhecimentos. Nesse sentido, é possível destacar a relevância da realização deste tipo de grupo, uma vez que, além de ser um espaço de convívio que fortalece a participação social e a valorização pessoal, contribuindo diretamente na formação do psicólogo, leva em conta a capacidade funcional, a necessidade de autonomia, proporcionando ações que visem qualidade de vida, prevenindo possíveis estados de enfermidade que a ociosidade e o isolamento social podem ocasionar na população idosa.

Referências

Irigaray, T. Q. & Schneider, R. H. (2008). Participação de idosas em uma universidade da terceira idade: motivos e mudanças ocorridas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24(2). Recuperado em 15 jul. 2010, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/>

Souza, I; Galante, H. & Figueiredo, D (2003). Qualidade de vida e bem-estar dos idosos: um estudo exploratório na população portuguesa. *Revista de Saúde Pública*,

37(3). Recuperado em 16 jul. 2010, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/>

Vecchia, R. D; Ruiz, T; Bocchi, S. C. M. & Corrente, J. E. (2005). Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. *Revista de Epidemiologia*, 8(3). Recuperado em 17 jul. 2010, da SciELO (Scientific Electronic Library Online): <http://www.scielo.br/>

Veras, R. (2009). Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *Revista de Saúde Pública*, 43(3), 548-554.