



CENTROS DE CONVIVÊNCIA ENQUANTO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO À SAÚDE DO IDOSO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

LIVING CENTERS WHILE A HEALTH PROMOTION STRATEGY FOR THE ELDERLY: CASE STUDIES

LOS CENTROS COMUNITARIOS COMO ESTRATEGIA PARA PROMOVER LA SALUD DE ANCIANOS: ESTUDIOS DE CASO

Alana Gonçalves Xavier¹, Renata Clemente dos Santos²

RESUMO

Objetivo: relatar sobre a experiência em um Centro de Convivência do Idoso, espaço de aprendizagem e de promoção à saúde. **Método:** relato de experiência, realizado no Centro de Convivência do Idoso no município de Campina Grande/PB, construído a partir da observação e experiências adquiridas pelo contato com a Coordenação local, Estrutura física e a dinâmica de trabalho junto ao idoso assistido. **Resultados:** a participação em atividades grupais contribui na redução do sentimento de solidão em idosos, bem como colabora na manutenção e no retardo do declínio das funções orgânicas presentes no processo de envelhecer. A realização de exercícios físicos melhora a função ventilatória, cardiovascular, muscular, além da memória, cognição e sociabilidade. **Conclusão:** conhecer um espaço até então por nós desconhecido e (re)conhecê-lo enquanto instituição que assiste à população idosa na dimensão biopsicossocial, fortalecendo o compartilhamento de saberes entre academia e espaço social do idoso. **Descritores:** Saúde do Idoso; Serviços de Saúde para Idosos; Promoção da Saúde.

ABSTRACT

Objective: reporting on the experience in an Elderly Community Centre, a learning place and for health promotion. **Method:** experience report, conducted in an Elderly Community Center in the city of Campina Grande/Paraíba; built from observation and experience acquired through contact with the local coordination, physical structure and the dynamics of working with the assisted elderly. **Results:** participation in group activities helps in reducing the feeling of loneliness in the elderly, as well as collaborating for the maintenance and decline of physiological functions present in the aging process. The physical exercises improve respiratory function, cardiovascular, muscular, beyond memory, cognition, and sociability. **Conclusion:** recognizing a space hitherto unknown for us and (re) know it as an institution that assists the elderly population in the biopsychosocial dimension, strengthening the share of knowledge between academia and social space of the elderly. **Descriptors:** Aging Health; Health Services for the Elderly; Health Promotion.

RESUMEN

Objetivo: informar sobre la experiencia en un Centro Comunitario de Ancianos, una promoción del aprendizaje y de la salud. **Método:** estudios de caso llevado a cabo en el Centro Comunitario de Ancianos en la ciudad de Campina Grande/Paraíba, construido a partir de la observación y la experiencia adquirida a través del contacto con la coordinación local, estructura física y la dinámica de trabajar con las personas mayores asistidas. **Resultados:** la participación en actividades de grupo ayuda a reducir la sensación de soledad en las personas mayores, además de colaborar en el mantenimiento y la disminución de las funciones fisiológicas presentes en el proceso de envejecimiento. Los ejercicios físicos mejoran la función respiratoria, cardiovascular, muscular, más allá de la memoria, la cognición y la sociabilidad. **Conclusión:** conocer un espacio hasta ahora desconocido para nosotros y (re) conocerlo como una institución que ayuda a la población de edad avanzada en la dimensión biopsicosocial, fortaleciendo el intercambio de conocimientos entre el mundo académico y el espacio social de los ancianos. **Descriptores:** Salud Envejecimiento; Servicios de Salud para la Tercera Edad; Promoción de la Salud.

¹Discente, Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Campina Grande/UFCG. Campina Grande (PB), Brasil. E-mail: alanaxavierr@gmail.com; ²Enfermeira, Prefeitura Municipal de Campina Grande/PMCG. Campina Grande (PB), Brasil. E-mail: renata.clemente@hotmail.com



INTRODUÇÃO

O perfil da morbimortalidade foi modificado ao longo das décadas, possibilitando o aumento da perspectiva de vida, evidenciada pela melhoria da qualidade de vida e saúde.¹⁻³ Sendo assim, cresce o interesse acerca dos temas relacionados ao envelhecimento, tais como: a elaboração e implementação de políticas públicas direcionadas a população idosa, currículos acadêmicos voltados ao preparo dos profissionais quanto às questões da velhice, benefícios como gratuidade nos transportes, descontos em eventos, além da elaboração de ambientes que visam resgatar a autonomia e promoção da saúde desses sujeitos.¹

Percebe-se que o crescimento do número de idosos vem trazendo enorme visibilidade perante a sociedade, porém a mesma precisa reformular sua concepção sobre velhice, para ampliar os recursos e oferecer aos idosos serviços que atendam a suas necessidades específicas.²

Para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável algumas mudanças no contexto social e cultural são necessárias. Nessa perspectiva surge os Centros de Convivência de Idosos, como espaços políticos e propiciadores de inclusão social, onde se valoriza a participação, a mobilização, histórias de vida e autonomia dos usuários.^{1,3,4}

No município de Campina grande/PB, cenário desse estudo, a formação dos grupos de convivência se deu inicialmente a partir dos espaços sociais localizados nos bairros da cidade como: Clubes, Sociedade Amigos de Bairro, dentre outros, o que sensibilizou a gestão municipal a implantar um Centro de Convivência do Idoso com o objetivo de desenvolver atividades que vão desde palestras educativas, seminários, encontros, assistência médica (geriatria e enfermagem), fisioterapia, educação física, psicologia, pedagogia a encaminhamentos para o processo de retirada dos benefícios de prestação continuada para idosos, além da participação dos grupos em festas comemorativas, como Carnaval, Dia das Mães, Festas Juninas, dentre outras.

OBJETIVO

- Relatar sobre a experiência em um Centro de Convivência do Idoso, espaço de aprendizagem e de promoção à saúde.

MÉTODO

Estudo descritivo, tipo relato de experiência, ao relatar aspectos vivenciados na ocasião do cumprimento de aulas práticas

do Componente Curricular “Saúde do Idoso” do 6º período do Curso de Graduação em Enfermagem, no ano de 2011 na cidade de Campina Grande/PB.

O relato de experiência é uma ferramenta da pesquisa descritiva que apresenta uma reflexão sobre uma ação ou um conjunto de ações que abordam uma situação vivenciada no âmbito profissional de interesse da comunidade científica. Trata-se de um olhar qualitativo, que abordou a problemática desenhada a partir de métodos descritivos e observacionais.

O estudo foi realizado no Centro de Convivência do Idoso, no município de Campina Grande/PB, onde houve a oportunidade de conviver com os idosos durante cinco dias e vivenciar toda a dinâmica organizacional do referido Centro, também a partir da observação e experiências adquiridas pelo contato com a coordenação local, estrutura física e a dinâmica de trabalho junto ao idoso assistido.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

A proposta do Centro de Convivência do Idoso extrapola o modelo biológico, revelando-se como espaço político, de inclusão, de alteridade e autonomia dos sujeitos implicados com o cuidado a saúde. A estrutura física compreende um espaço dividido por áreas específicas tais como: atividades de assistência à saúde, de lazer, de socialização, de refeição, dança, prestação de informações referentes ao processo de retirada dos benefícios de prestação continuada para idosos. De modo geral, o trabalho é realizado em equipe numa abordagem multiprofissional.

Em relação aos benefícios das atividades em grupo, as mesmas possibilitam a seus integrantes manifestarem-se e verbalizarem acerca de suas experiências de vida, compõem um espaço de troca de conhecimentos, acolhimento e construção de vínculo. No grupo, o idoso tem a possibilidade de socializar-se, obter apoio, sentir-se reconhecido na busca e preservação de sua autonomia e dignidade.^{1,3-5,8}

A maioria dos idosos frequentadores de Grupos de Convivência tem pelo menos uma doença.³⁻⁵ A participação em atividades grupais contribui na redução do sentimento de solidão em idosos, bem como colabora na manutenção e no retardo do declínio das funções orgânicas presentes no processo de envelhecer. A realização de exercícios físicos melhora a função ventilatória, cardiovascular, muscular, além da memória, cognição e sociabilidade. A atividade física tem sido



amplamente indicada como uma estratégia para a promoção da saúde dos idosos, bem como para a manutenção da autonomia e independência destes.^{3,5-6,8-9}

Quando a capacidade funcional, um estudo evidenciou que idosos frequentadores de grupos de convivência foram classificados como independentes para as atividades de vida diária. A manutenção da capacidade funcional contribui para a independência e qualidade de vida dos idosos.⁷

Em se tratando de escolaridade, um grande número de idosos frequentadores de Grupos de Convivência não completou o ensino fundamental, há também uma pequena porcentagem de analfabetos. Esses fatos se dão devido ao acesso a educação ter sido restrito no século passado.⁵

O Centro de Convivência do Idoso em Campina Grande conta com 321 idosos cadastrados, sendo 221 mulheres e 89 homens, idades variando entre 60 e 90 anos. Outros autores também ressaltam que há um predomínio de mulheres que participam de Grupos de Convivência. A motivação feminina em participar das atividades de lazer é diferente da masculina, uma vez que a maior parte das idosas atuais exerceu um papel restrito ao ambiente doméstico (donas-de-casa, mães e esposas), não desenvolvendo atividades profissionais. Existe de maior proporção de viúvas do que em qualquer outra faixa etária, uma das causas dessa condição é de que a mulher tende a se casar com homens mais velhos, o que, associado a uma mortalidade masculina maior do que a feminina, aumenta a probabilidade de sobrevivência da mulher em relação ao seu cônjuge. Além disso, os homens viúvos voltam a se casar depois.^{1-5,7,8}

A integração com os idosos e a equipe de apoio do Centro de Convivência do Idoso possibilitou aos acadêmicos desenvolver atividades de promoção e prevenção à saúde (atividade física, educação em saúde, artesanato, música, dança, teatro, prestação de informações, Ressalta-se que os idosos ao procurarem os Grupos de Convivência objetivam que aquele seja um espaço que favoreça a escuta, uma vez que, na maioria dos ambientes familiares, não é permitida a sua participação nas decisões.^{2,7} Nessa perspectiva, os Centros de Convivência configuram espaços de lazer e socialização.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É imprescindível a existência de espaços sociais, nos quais as pessoas idosas possam interagir, dialogar, construir novas amizades e vínculos, manter e desenvolver suas

potencialidades e habilidades, com o intuito de adquirir qualidade de vida.

Sabe-se que a promoção da saúde e a prevenção de agravos são estratégias que contemplam o melhor custo-benefício para a redução da morbidade. Sendo assim, fazem-se necessárias intervenções que visem à promoção da saúde e prevenção de agravos, bem como o tratamento e reabilitação das condições mórbidas já instaladas, o que poderá contribuir para um envelhecimento ativo, bem sucedido e com qualidade de vida.

Os profissionais que atuam em todos os âmbitos da atenção à saúde devem ter conhecimento da existência de ambientes como esses, destinados a contribuir com a qualidade de vida da população idosa, uma vez que aspectos relacionados à socialização e ao lazer são imprescindíveis em todas as etapas da vida.

Este estudo permitiu conhecer um espaço até então por nós desconhecido, (re)conhecê-lo enquanto instituição que assiste à população idosa na dimensão biopsicossocial e compreender que ser classificado como idoso não o torna incapaz perante a sociedade. Além disso, a aproximação com o Centro de Convivência do Idoso fortaleceu o compartilhamento de saberes entre academia e espaço social do idoso, estreitando ainda mais o vínculo docente-discente-idoso-comunidade.

REFERÊNCIAS

1. Lima TAS, Menezes TMO. Produção do conhecimento sobre idosos e centros de convivência. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2012 [cited 2013 Aug 15];6(10):2505-13. Available from: <http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermage/index.php/revista/article/view/2847>
2. Valente GSC, Manso CR, Maia AFCB, Ornellas ABC, Sá SP, Lindolpho MC. The experience of nursing students in home visits to elderly people living with dementia. J Nurs [Internet]. 2010 [cited 2013 Aug 15];4(3):1410-16. Available from: <http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermage/index.php/revista/article/view/999>
3. Leite MT, Hildebrandt LM, Kirchner RM, Winck MT, Silva LAA, Franco GP. Cognitive and health conditions in elderly participants in Recreation and Leisure Activities Centers. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2012 [cited 2013 Aug 15];33(4):64-71. Available from: http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v33n4/en_08.pdf
4. Dias FA, Tavares DMS. Fatores associados à participação de idosos em atividades educativas grupais. Rev Gaúcha Enferm



[Internet]. 2013 [cited 2013 Aug 15]; 34(2):70-7. Available from:

http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472013000200009&script=sci_arttext

5. Celich KLS, Silva RB, Souza SMS. Socioeconomic Profile and Health of Eldely People Who are Part of Group Living. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2009 [cited 2013 Aug 15]; 3(4):919-26. Available from:

<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/102>

6. Sousa MNA, Bezerra ALD, Alexandre JNM, Almeida JLS, Motta VLB. Lazer e qualidade de vida na terceira idade: percepção dos idosos de um Centro de Convivência Campinense. Qualit@s Rev Eletrônica [Internet]. 2010 [cited 2013 Aug 15];9(1):00-14. Available from:

<http://revista.uepb.edu.br/index.php/qualit@s/article/viewFile/318/407>

7. Reis LA, Reis LA, Mascarenhas CHM. Influence Of Pain On The Functional Capacity Of Elderly Nursing Home Residents And Elderly Participants In Social Group Associations. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2012 Mar [cited 2013 Aug 15]; 6(3):606-12. Available from:

<http://revista.uepb.edu.br/index.php/qualit@s/article/viewFile/318/407>

8. Borges PLC, Bretas RP, Azevedo SF, Barbosa, JMM. Perfil dos idosos frequentadores de grupos de convivência em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. Cad Saúde Pública [Internet]. 2008 [cited 2013 Aug 15]; 24(12):2798-808. Available from:

<http://www.scielo.br/pdf/csp/v24n12/08.pdf>

9. Cardoso AS, Mazo GZ, Prado APM, Levandoski G, Cardoso LS. Comparação do nível de atividade física em relação ao gênero de idosos participantes de grupos de convivência. Rev Bras Cienc Envelh Hum [Internet]. 2008 [cited 2013 Aug 15];5(1):09-18. Available from:

<http://www.cefid.udesc.br/?id=748>

10. Freitas CASL, Eugênio FES, Silva MJ, Lima FET, Vieira NFC, Pinheiro PNC, et al. The Experience Of Aging: Voices Of An Elderly Group. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2010 Jan/Mar [cited 2013 Aug 15];4(1):98-105. Available from:

<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/533>

11. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento. Brasília; 2010. 44 p.

12. Gil AC. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 5th ed. São Paulo: Atlas; 2010.



Submissão: 18/08/2013

Aceito: 25/08/2014

Publicado: 01/10/2014

Correspondência

Alana Gonçalves Xavier

Rua Pedro Aragão, 175

Bairro Sandra Cavalcante

CEP 58410-765 – Campina Grande (PB), Brasil