

RELATO DE EXPERIÊNCIA PROJETO DE INTERVENÇÃO PROJETO VIDA - QUALIDADE DE VIDA COM IDOSOS

Hélia Marta Messias Rodrigues², Érika Messias³, Nívea Maria Loures de Oliveira⁴, Sérgio Domingues⁵

Resumo: *O presente trabalho foi desenvolvido baseado nas experiências vivenciadas no desenvolvimento do Projeto de Vida realizado com idosos do programa Municipal de trabalho com idosos (PMTI), que tem sua sede na Vila Giannet (UFV), na cidade de Viçosa – MG, e busca retratar a inserção, o planejamento, as observações, os relatos de vivências e as oficinas terapêuticas realizadas pelas estagiárias. Busca apresentar como é importante para o idoso estar bem emocionalmente e se auto-conhecer, buscando dar rumo satisfatório a sua vida, vivendo da melhor forma possível e saudável psicologicamente, acredita-se que o bem estar psicológico proporciona ao sujeito condições de resolver da melhor forma possível seus conflitos. Considera-se que as experiências vivenciadas no estágio básico é de suma importância, imprescindível para a formação pessoal e profissional do futuro psicólogo, onde o mesmo se vê frente a situações de conflitos e inquietudes que antes não lhe diziam muito da pessoa e do estado em que se encontra este sujeito.*

Palavras-chave: *autoconhecimento, conflitos, experiências, qualidade de vida e vivências;*

Introdução

O estágio obrigatório é um conjunto de atividades supervisionadas e realizadas em situações reais de vida e de trabalho, por um estudante regularmente matriculado no curso, tendo como objetivo desenvolver a aprendizagem profissional e sociocultural do estagiário, possibilitando a problematização da realidade e levantamento de questões de pesquisa. Foram

³Graduanda em Psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA. Email: helia.marta36@yahoo.com.br

⁴Graduanda em Psicologia - FACISA/UNIVIÇOSA. Email: nivealou@yahoo.com.br

⁵Graduanda em Psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA. Email: erikam.messias@gmail.com

⁶Orientador e Professor- FACISA/UNIVIÇOSA. Email: sdufmng@yahoo.com.br

realizados os procedimentos de observação do ambiente, entrevistas aos funcionários e outros profissionais responsáveis pela gestão, além de conversas informais com os mesmos e com os idosos que freqüentam a instituição, juntamente com leitura de documentos internos, bem como encontros semanais com os idosos usuários do PMTI.

A Organização Mundial da Saúde (2008) cita, em suas projeções que entre de 1975 a 2025 será um período conhecido como a era do envelhecimento – a população de idosos no país crescerá 16 vezes, colocando o Brasil em termos absolutos como a sexta população de idosos do mundo, ou seja, mais de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Sendo o envelhecimento, fenômeno ligado ao processo da vida, que tem diferença de indivíduo para indivíduo, de acordo com sua genética, seus hábitos de vida e seu meio ambiente, deve este ser compreendido como um processo e a pessoa idosa como um indivíduo, que deve aprender a conviver positivamente com as limitações adquiridas, mantendo-se ativa até alcançar idades mais avançadas.

Na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosas, encontramos uma divisão no grupo de idosos existentes: a) idosos independentes e; b) idosos frágeis ou em processo de fragilização. O grupo A, são aquelas pessoas idosas que, mesmo sendo portadoras de alguma doença, como por exemplo, hipertensão arterial e diabetes (as mais comuns), se mantêm ativas no ambiente familiar e no meio social. No grupo B, encontramos as pessoas idosas frágeis ou em processo de fragilização são aquelas que, por qualquer razão, apresentam determinadas condições que podem ser identificadas pelos profissionais de saúde.

O Programa Municipal da Terceira idade – PMTI – tem como objetivo prevenir o isolamento de pessoas idosas, estimular a socialização e promover sua valorização no contexto sócio-familiar, direcionando assim seus trabalhos para proporcionar melhoria das relações sociais e afetivas, estimular a autonomia, integração, participação, valorização, desenvolver atividades físicas, esportivas, de lazer, educacionais, recreativas, culturais, a fim de promover um envelhecimento saudável da população idosa do município de Viçosa.

Essas ações buscam promover e garantir a socialização e a saúde do idoso, adequando-se ao que é preconizado pela Política Nacional do Idoso (Lei 8.8421/94) e pelo Estatuto do idoso (Lei 10.741/03).

As organizações internacionais (Organização Mundial da Saúde e organização das Nações Unidas) foram às responsáveis pelo diagnóstico e divulgação do impacto do crescimento da população idosa sobre os países em desenvolvimento, e tiveram um papel fundamental na tentativa de estimulá-los a adotarem medidas de enfrentamento, tais como: desenvolver envelhecimento saudável, no campo da saúde e, no campo social, lutar pelo envelhecimento com direitos e dignidade. Dentro desta nova realidade, os idosos buscam fortalecimento nos espaços públicos, gerados pelos movimentos sociais, que lhes permitem se posicionarem pela concretização de ideais democráticos, como a conquista de sua cidadania, reinventando sua própria velhice. Entretanto, observamos que, apesar de haver a presença de profissionais e estagiários, que se dedicam com afinco para que sejam supridos os problemas naturais pelos quais passam os idosos, existe uma preocupação, principalmente por parte da direção, na manutenção das atividades em tempo integral na instituição, fato ligado ao atendimento e permanência do seu público em horários diversificados. Ao mesmo tempo vimos, durante o período das nossas oficinas, idosos freqüentadores da instituição, que possuem muita vitalidade e energia, além de percebermos, nos mesmos, uma necessidade de se sentirem ativos, de terem projetos de futuro.

Segundo Frankil (2005), o ser humano não é alguém em busca da felicidade, mas sim alguém em busca de uma razão para ser feliz, através – e isto é importante – da realização concreta do significado potencial inerente e latente numa situação dada. Uma vez que a busca de sentido por parte do indivíduo é bem sucedida, isto não só o deixa feliz, mas também lhe dá a capacidade de enfrentar sofrimento.

Material e Métodos

A pesquisa aconteceu no Programa Municipal de Atendimento ao Idoso, no período de fevereiro de 2016 a maio de 2017, visando atendimento psicológico adequado a qualidade de vida dos idosos que freqüentam o PMTI, proporcionando uma psicoeducação de autoconhecimento e autocontrole de suas emoções e comportamentos frente aos acontecimentos diários em suas vidas.

Dentre as necessidades observadas optou-se por encontros terapêuticos grupal direcionado aos usuários e atendimento individual quando necessário. Os encontros foram organizados de um encontro semanal, nos dias de sextas-feiras de 7:30 às 9:30 no PMTI, podendo este horário estipulado se estender caso algum usuário tenha necessidade de atendimento. Objetivou-se proporcionar um momento de reflexão e trocas de experiências, buscando uma melhor qualidade de vida, onde o sujeito perceba que todos têm problemas e que cada um lida de alguma forma com seus conflitos. Estes aspectos contribuíram para o desenvolvimento de um grupo coeso e participativo. Ao longo do desenvolvimento das atividades propostas foram realizadas variadas oficinas terapêuticas, com a utilização de diversos recursos, buscando não ficar algo monótono e sim prazeroso, para que no entanto cada membro se sentisse à vontade e se entregasse ao momento.

Resultados e Discussão

Os encontros terapêuticos funcionaram não só como método de intervenção aos usuários do PMTI, mas também como um facilitador na mediação com o meio de convívio social e familiar, através desta constatação da importância que os idosos do PMTI têm buscado nos encontros, é notória a necessária que dêem continuidade a este projeto de intervenção.

Nos grupos foram trabalhadas propostas de acordo com as demandas observadas e relatadas, como: escuta, intervenção, apoio e orientação terapêutico, encaminhamento e alívio de sintomas e conflitos com o outro e consigo mesmo.

O estágio foi desenvolvido em três momentos, observação participativa, conhecimento e busca pela necessidade do grupo, montagem do projeto e realização de oficinas terapêuticas para tratar os idosos de acordo com as necessidades apresentadas, no terceiro momento foi realizado um treinamento para um autoconhecimento e autocontrole de si próprio, levando-os à reflexão: como eu me percebo, como ficam as minhas emoções e quais os meus comportamentos frente ao evento. Foram momentos muito ricos, em que os idosos se sentiam à vontade para falar de si e como se comportam frente aos eventos acontecidos em suas vidas e outros faziam um link com o fato relatado

e diziam que se sentiam sufocados e não sabiam como lidar com os eventos e suas emoções. No final de cada encontro os usuários relatavam que estavam se sentindo muito bem e que gostavam muito de estar inseridos neste projeto vida.

Para as futuras profissionais da área de psicologia, este estágio foi uma escola de ensinamentos e vivências que contribuíram muito para que fossem realizadas reflexões pessoais e profissionais, foram momentos de diálogo, desejos, histórias, frustrações, magoas, sofrimentos e sabedorias, que proporcionaram reflexões, de aceitação das diferenças, as capacidades de criar, de aceitar o outro e expor suas subjetividades frente a assuntos tão comuns, promovendo assim multiplicações de saberes entre o grupo.

Conclusões

Não basta apenas o aluno realizar práticas de estágios supervisionados, também é necessário momentos de reflexões dos diagnósticos e das vivências experimentadas durante o período de estágio, alguns autores apontam que é imprescindível a realização de uma reflexão dos dilemas encontrados, esta reflexão possibilita a superação de obstáculos da vida profissional futura. Com a realização desse estágio, confirmou-se a importância e necessidade dos idosos receberem atendimentos voltados para o bem estar pessoal. Foi evidenciado mais uma vez a necessidade da fala e da escuta que remete à capacidade criativa e reflexiva do pensar, em do grupo refletimos que a fala representa o ser em sua totalidade, que quando a boca fala, o corpo sara; mas quando a boca cala o corpo fala. O corpo pode reagir em forma de adoecimento, de psicossomatizações e queixas físicas, por tanto o falar se torna uma prevenção consigo mesmo. Foi muito enriquecedor e satisfatórios os feedbacks do grupo, dos profissionais e supervisor, a cada retorno uma confirmação da necessidade e sucesso do projeto de intervenção apresentado e desenvolvido.

Agradecimento

Agradecemos a professora da Universidade Federal de Viçosa, Lilian Perdigão Caixeta Reis, que compartilhou com as estagiarias, um voltado aos idosos que é de sua autoria.

Referências Bibliográficas.

Estatuto do Idoso– Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003. São Paulo: Sugestões literárias, 2003.

FRANKL, V. Em busca de Sentido, Editora Vozes, 37ª edição, 2015, página 107, parágrafo 2.

Ministério da Saúde (BR). Manual de Saúde da caderneta de saúde da pessoa idosa [online]. 2008 [acesso 2016maio12]. Disponível em : http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_idosa_manual_preenchimento.pdf

REIS, L.P.C; ANICETO, S.A. Curso – Dimensões do Projeto de Vida: Oficina Psicopedagógica, Viçosa, MG.