



CAFÉ DA TARDE: RODA DE CONVERSA COM IDOSOS

Erika de Sousa Dias¹, Carla Emanuele da Silva Ferreira², Hadah Maria Dantas de Oliveira³, Raíla de Carvalho Bento⁴, Virna da Silva Moreira⁵, Andrezza Duarte Farias⁶
andrezza.duarte@professor.ufcg.edu.br

Resumo: O envelhecimento saudável é um desafio para a sociedade, pois busca manter e desenvolver a capacidade funcional dos idosos, contribuindo para bem-estar na idade avançada. O objetivo do projeto de extensão foi contribuir para debates e promoção do envelhecimento saudável dos idosos em Cuité, Pb, do Centro de Convivência e Formação de Vínculos da Secretaria de Assistência Social de Cuité – PB. Como procedimento metodológico utilizou-se uma abordagem qualitativa, através de rodas de conversa que ocorreram em diferentes espaços comunitários como uma estratégia para dinamizar as ações. Participaram do projeto de extensão uma média de 50 idosos. Ocorreram atividades que buscaram a valorização das memórias dos idosos voltadas para as relações familiares, socialização e reflexão sobre temáticas da atualidade. Houve uma boa interação dos participantes nas atividades desenvolvidas, através do compartilhamento de experiências e estímulo do trabalho em equipe. Conclui-se que as atividades proporcionaram um impacto positivo na qualidade de vida dos idosos e acrescentaram na formação acadêmica dos extensionistas.

Palavras-chaves: Saúde do idoso, Envelhecimento saudável, Relações Comunidade-Instituição.

1. Introdução

O envelhecimento humano tem aumentado cada vez mais, sendo o Brasil um país que se destaca na inversão da pirâmide etária [7]. As estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS) é que em 2030, 1 a cada 6 pessoas terá 60 anos ou mais. Sendo que o número de anos vividos com incapacidade pela população com mais de 80 anos aumentou aproximadamente 77% na última década e meia [5].

Diante disso, para que o aumento da população idosa se relacione com um envelhecimento ativo e saudável, é preciso colocar em pauta questões acerca da promoção de saúde e bem-estar, ofertando cuidado e acolhimento [6]. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) o envelhecimento saudável é o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar na idade avançada [5].

A capacidade funcional engloba características ambientais e interações entre indivíduos, incluindo as relações sociais [2]. Em casos de isolamento social, a sensação de abandono e as limitações físicas e econômicas contribuem para a depressão, exacerbando a exclusão social dos idosos. Sendo assim, é fundamental

a implementação de estratégias de apoio, como programas sociais e acesso a cuidados de saúde, para promover o bem-estar desses idosos [1].

É importante ressaltar que o envelhecimento não é centrado na ausência de agravos e tampouco restrita à funcionalidade do idoso, mas em um processo que possibilitará a construção de habilidades que lhes permitirão vivenciar o envelhecimento da melhor forma possível. Garantir acesso a informações de saúde, promover autonomia e reduzir a dependência e assim, capacitá-los a cuidarem de si mesmos, contribuirá para atenuar a sensação de dependência e incômodo que muitos sentem ao serem cuidados exclusivamente por terceiros [3].

Levando isso em consideração, o objetivo geral do projeto de extensão foi contribuir para o debate e promoção do envelhecimento saudável dos idosos em Cuité, Pb, do Centro de Convivência e Formação de Vínculos da Secretaria de Assistência Social localizada em Cuité/PB. Ademais, buscou viabilizar a interação entre os idosos, proporcionar o resgate de memórias das histórias de vida dos idosos, promover a reflexão dos idosos sobre temas da atualidade e conceder aos discentes extensionistas a oportunidade de refletir sobre a Saúde do Idoso de forma integral.

2. Metodologia

O projeto de extensão foi realizado no período de junho a novembro de 2023, através de rodas de conversa com os idosos usuários do Centro de Convivência e Formação de Vínculos da Secretaria de Assistência Social do município de Cuité, Pb.

A roda de conversa é um instrumento pedagógico que busca proporcionar aos participantes um espaço dialogal onde as experiências são compartilhadas e por meio da reflexão conduza os participantes à resolução de conflitos, crescimento pessoal e profissional, empatia a partir da escuta [4].

Os encontros ocorreram em diferentes espaços comunitários com o intuito de dinamizar a rotina dos participantes. Foram realizadas quatro ações lideradas apenas pelas extensionistas, além da participação das mesmas em atividades sociais dos idosos, como o “Forró do Idoso”, e contribuição na organização da Semana do Idoso.

O planejamento da execução e avaliação do projeto de extensão ocorreu através de encontros semanais ou quinzenais entre os membros da equipe a fim de planejar

^{1,2,3,4,5} Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

⁶ Coordenador/a, Docente, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

a atividade seguinte, dividir as responsabilidades e, após sua realização, era feita a discussão dos aspectos positivos e negativos.

trabalho. Para os projetos e programas vinculados ao PROBEX é obrigatório mencionar o apoio através do programa de bolsas de extensão da UFCG, indicando o número da chamada, conforme o modelo.

3. Ilustrações



Figura 1 – Ação denominada “Resgate de Memórias” nas Ocas Coitês, Centro de Educação e Saúde, agosto/2023.



Figura 2 – “Encontro com a Saudade” no “Museu do Homem do Curimataú”, setembro/2023.



Figura 3 – Ação de despedida do projeto, Centro de Convivência e Formação de Vínculos, novembro/2023.

4. Resultados e Discussões

O Projeto de Extensão “Café da tarde: roda de conversa com idosos” teve uma participação numérica considerável, aproximadamente 50 membros, e participação vigorosa dos idosos que relataram gostar dos momentos e da oportunidade que tinham de falar e serem ouvidos. A equipe, formada por cinco graduandas e uma docente do curso de Farmácia, buscou ampliar a percepção sobre o envelhecimento para além das demandas de saúde dos idosos, de forma a construir um olhar integral diante das diferenças individuais que ocorrem nesse processo. Para tanto, as ações eram pensadas e preparadas para evitar a monotonia através da utilização de recursos musicais e fotográficos a fim de promover um ambiente agradável e estimulante para os idosos.

A abordagem qualitativa, através das rodas de conversa, trouxe resultados positivos que se evidenciaram pela contribuição dos idosos e do vínculo formado com os extensionistas, os quais tiveram a oportunidade de conviver com pessoas que representam uma parcela cada vez mais significativa da sociedade, colaborando para a formação de profissionais de saúde mais humanos. A estratégia da roda de conversa permitiu que os idosos se sentissem à vontade para conversar, pois proporcionou um ambiente acolhedor. Os extensionistas faziam uso da escuta ativa, constantemente mostrando interesse e atenção para com a participação dos idosos, reconhecendo a riqueza das suas contribuições.

As atividades do projeto foram realizadas em diferentes espaços comunitários como uma estratégia para dinamizar as ações. Destacaram-se algumas ações que foram marcantes tanto pelo ambiente em que ocorreram quanto pela emoção expressada pelos idosos. Uma delas aconteceu nas “Ocas Coitês” do Centro de Educação e Saúde (CES), que foi a primeira ação do projeto, cujo tema foi alusivo ao Dia dos avós, intitulada “Resgate de memórias”. Foi realizada uma dinâmica, em que era passado um novelo de lã entre os idosos participantes e cada um descrevia e compartilhava suas memórias com seus avós ou enquanto avós. Na medida que falavam passavam a linha ao próximo integrante de modo que ao final formou-se uma espécie de “teia afetiva” que simbolizou a conexão entre as histórias, assim como, o estreitamento de laços durante a vigência do projeto. A importância da ação se deu por garantir a escuta da pessoa idosa e mostrou que as diversas experiências eram válidas e dignas de atenção, transmitindo acolhimento e pertencimento a um grupo social.

Outra ação em destaque foi a que ocorreu no Museu do “Homem do Curimataú”, o antigo “Cuité Clube”, local que outrora sediou os bailes da cidade e as comemorações carnavalescas. No dia da ação, foi exibido um vídeo com fotografias dos idosos nas festividades que ocorriam no clube, a junção do ambiente e das imagens motivou o compartilhamento de histórias, estimulando a socialização, cognição e oratória dos idosos. Todos relataram suas experiências e complementavam a

memória dos outros. Ao final da ação, a coordenadora do grupo “Cuité Feliz Idade” juntamente com uma extensionista do projeto fizeram uma apresentação musical emocionante que levou os idosos à pista de dança do salão que sediou diversos momentos em suas vidas.

Entre as limitações do projeto, destacou-se que alguns dos idosos possuíam várias atividades no Centro de Convivência e Formação de Vínculos, como a participação no coral da cidade e também das atividades de estágio supervisionado de outros cursos, o que prejudicou a realização de um maior número de encontros

5. Conclusões

A partir das atividades desenvolvidas com os idosos, observou-se resultados satisfatórios, pois foi evidenciada a importância das atividades para os idosos, devido a inclusão e o protagonismo dado aos participantes, ao considerar seus conhecimentos tácito, contribuindo para a saúde cognitiva e emocional dos integrantes.

Ademais, possibilitou aos extensionistas o desenvolvimento de competências e habilidades que apenas o trabalho com a comunidade proporciona, qualificando-os para a empatia e comunicação efetiva com os idosos, além de organização, planejamento e criatividade ao realizar as atividades.

Desse modo, acentua-se a relevância desse projeto para desenvolver e aprimorar os saberes de todos os envolvidos, tanto o público-alvo quanto as extensionistas participantes, comprovando a importância e a necessidade das extensões nas universidades para desenvolvimentos de habilidades e conhecimentos que são apenas alcançados através do contato com a comunidade.

6. Referências

- [1] CARDOSO, Lídia Raquel Marques *et al.* Exercício físico como terapia complementar no tratamento da depressão em idosos: uma revisão integrativa. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 11, n. 16, p. 1-10, 12 dez. 2022..
- [2] FIGUEIRA, O.; FIGUEIRA, H.; DANTAS, E. H. M.; FRANCO, R. S.; PERINI, C. C. Estratégias para a promoção do envelhecimento ativo no Brasil: uma revisão integrativa. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 9, n. 10, p. 1-22, 23 set. 2020.
- [3] MAGALHÃES, M. I. S., SANTOS, A. M.; SOUZA, L. B. P.; BRANDÃO, M. A.; BOMFIM, V. V. B. S.; SOARES, A. P. EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO PRINCIPAL ALTERNATIVA PARA PROMOVER A SAÚDE DO IDOSO. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S.L.], v. 9, n. 5, p. 2033-2045, 31 maio 2023. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. <http://dx.doi.org/10.51891/rease.v9i5.9947>
- [4] NASCIMENTO, W. A. C.. **Guia de orientações para a roda de conversa**. Vitória: Edifes Acadêmico, 2022. 18 p.

[5] OMS. Organização Mundial de Saúde. **Relatório mundial sobre envelhecimento e saúde**. Genebra: OMS, 2015.

[6] SIQUEIRA, Diego Silveira *et al.* IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE DE VIDA NA SAÚDE DO IDOSO. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, [S.L.], p. 62-69, 7 fev. 2023. Revista Multidisciplinar em Saúde. <http://dx.doi.org/10.51161/integrar/remss/3646>.

[7] VEGI, Aline Siqueira Fogal *et al.* Caminhabilidade e envelhecimento saudável: uma proposta de análise para cidades brasileiras de pequeno e médio porte. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 36, n. 3, p. 1-15, 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00215218>.

Agradecimentos

Agradecemos ao Centro de Convivência e Formação de Vínculos da Secretaria de Assistência Social de Cuité, em especial a coordenadora Kleane Maravilha por ter aberto as portas ao projeto e auxiliado sempre que possível. À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2022 PROBEX/UFCG.