



RODA DE CONVERSA COM IDOSOS: PROMOVENDO A SOCIALIZAÇÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Davi Enzo Santos de Oliveira¹, José Wilhy Aristides de Araújo², Maria Fernanda Cunha de Azevedo³, Paloma Luana da Silva⁴, Virna da Silva Moreira⁵, Andrezza Duarte Farias⁶
andrezza.duarte@professor.ufcg.edu.br

Resumo: O envelhecimento populacional no Brasil traz desafios para a promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos. O projeto de extensão "Café da Tarde: Roda de Conversa com Idosos", realizado na UBS Diomedes Lucas de Carvalho - Cuité/PB, buscou estimular o envelhecimento saudável através de rodas de conversa, com abordagem lúdica. Além de estimular a interação social, as ações promoveram hábitos saudáveis e o uso correto de medicamentos. Os resultados indicaram maior participação dos idosos, aumento do interesse por temas de saúde e fortalecimento do sentimento de pertencimento e autoestima.

Palavras-chaves: Envelhecimento saudável, Educação em Saúde, Atenção primária à saúde, Interação social.

1. Introdução

O envelhecimento populacional no Brasil cresce significativamente a cada ano, tornando-se um dos desafios centrais para a sociedade e o sistema de saúde. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o envelhecimento saudável é um processo contínuo que possibilita a otimização e manutenção da saúde física e mental, proporcionando independência e qualidade de vida ao idoso¹.

No entanto, o envelhecimento saudável ainda não é uma realidade acessível para grande parte da população idosa. Isso ocorre devido a diversos fatores, como hábitos de vida inadequados adquiridos ao longo dos anos, dificuldades no acesso à informação sobre saúde e, especialmente, o uso incorreto de medicamentos. Portanto, são necessárias cada vez mais iniciativas que promovam o bem-estar e a autonomia dos idosos².

Nessa perspectiva, o projeto "Café da Tarde: Roda de Conversa com Idosos" foi idealizado com o objetivo principal de contribuir para o envelhecimento saudável, além de promover a socialização dos idosos, proporcionar o resgate de memórias e histórias de vida e a reflexão dos participantes sobre temas do seu interesse.

Durante a edição do ano de 2024, as ações do projeto foram desenvolvidas junto a idosos da UBS Diomedes Lucas de Carvalho da Atenção Primária à Saúde (APS) do município de Cuité, como uma estratégia para fortalecer a integração ensino-serviço-comunidade.

2. Metodologia

O projeto de extensão foi realizado de junho a dezembro de 2024, com uma abordagem qualitativa, utilizando as rodas de conversas como uma forma para produção de diálogos, reflexões e partilha das experiências dos participantes³.

O projeto envolveu cerca de 15 idosos atendidos e as rodas de conversa foram conduzidas quinzenalmente, com encontros de aproximadamente duas horas atividades lúdicas para estimular a interação e o bem-estar, como danças, músicas e dinâmicas adaptadas ao público idoso. Foram utilizadas diversas estratégias para tornar a experiência mais dinâmica e significativa, como a percepção de aromas para resgatar memórias da infância e exercitar a memória, atividades esportivas por meio de jogos, teatro para facilitar o entendimento sobre o uso de medicamentos e brincadeiras descontraídas para fortalecer os vínculos sociais.

Em paralelo, foram realizadas reuniões regulares entre os cinco extensionistas estudantes do curso de Farmácia e a professora orientadora a fim de planejar, organizar e avaliar as atividades, assim como promover a discussão e aprofundamento de temas relativos à Saúde da Pessoa Idosa.

A metodologia adotada possibilitou uma abordagem interdisciplinar, integrando ensino e extensão para fortalecer a socialização, promover o bem-estar e proporcionar acesso a informações de qualidade, contribuindo para a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos idosos participantes

3. Resultados e Discussões

Inicialmente, a UBS Diomedes Lucas de Carvalho não possuía ações de Educação em Saúde voltadas para o público idoso. Então, a princípio, as pessoas idosas foram convidadas para participar, através de visitas domiciliares feitas pelos extensionistas acompanhados pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS).

Participaram dos encontros uma média de 10 idosos. Durante as rodas de conversa, foram discutidos temas gerais atrelados a datas comemorativas como dia dos avós (julho) e das crianças (outubro), e temas relacionados à saúde como a Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa, alimentação saudável e o uso de medicamentos.

Durante as trocas de experiências, verificou-se uma satisfação significativa dos idosos ao compartilhar suas histórias, o que contribuiu para fortalecer o sentimento

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

⁶Coordenadora e orientadora, Docente do curso de Graduação em Farmácia, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

de pertencimento ao grupo e aumentar a autoestima. O ambiente propício para a expressão individual e coletiva foi essencial para que os idosos sentissem confiança em expor seus sentimentos e vivências, promovendo um suporte emocional mútuo.

As atividades lúdicas abordadas nos encontros, como bingo, dança e aromaterapia, promoveram maior interação social e vínculos entre os participantes. Além disso, essas atividades ajudaram a combater o isolamento social, contribuindo para o bem-estar físico e mental dos idosos. Houve relatos de aumento na disposição para atividades cotidianas, redução do sentimento de solidão e uma melhoria geral na percepção de qualidade de vida.



Figura 1 – Grupo de idosos após ação sobre alimentação saudável. Setembro, 2024.

Ademais, a realização de reuniões de formação, promovidas pela professora, contribuíram significativamente para o sucesso do projeto. Essas reuniões foram essenciais para a capacitação dos envolvidos, permitindo que todos os extensionistas tivessem clareza sobre os objetivos e formas de lidar melhor com a pessoa idosa.

Outro ponto relevante, foi a constante adaptação das ações propostas, com base nas necessidades e *feedbacks* do grupo de idosos. Ao estruturar essas reuniões, a coordenadora não apenas orientou sobre o conteúdo a ser abordado, mas também incentivou a equipe a refletir sobre práticas humanizadas e a necessidade de adaptações em função das particularidades dos idosos.



Figura 2 – Equipe do projeto.

4. Conclusões

O projeto "Café da Tarde: Roda de Conversa com Idosos" permitiu a socialização e o fortalecimento do vínculo dos idosos, além da sensibilização sobre temas relacionados à promoção da saúde. A abordagem através de rodas de conversas foi fundamental para o êxito das ações por possibilitar o diálogo e a troca de experiências.

Nessa perspectiva, a iniciativa do projeto não apenas proporcionou momentos de interação e aprendizado, mas também contribuiu para a promoção da saúde mental, além de oferecer uma experiência de envelhecimento mais digna e saudável, incentivando um dia a dia baseado em cuidados essenciais para a qualidade de vida para a pessoa idosa.

Os resultados evidenciaram o impacto positivo das ações, fortalecendo o vínculo entre os idosos e a equipe do projeto, além de promover autonomia. Diante disso, a continuidade e ampliação de iniciativas semelhantes são essenciais para garantir um envelhecimento digno e com qualidade de vida na comunidade.

5. Referências

- [1] OMS, Organização Mundial da Saúde. Decade of Healthy Ageing 2020-2030. Acesso em 12 de dezembro de 2024. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52902>
- [2] MEDEIROS KKAS, PINTO JÚNIOR EP, BOUSQUAT A, MEDINA MG. Os desafios da integralidade no cuidado ao idoso, no âmbito da Atenção Primária à Saúde. *Saúde Debate*. 41 (3), 2017.
- [3] MOURA ABF, LIMA MGSB. A reinvenção da roda: roda de conversa, um instrumento metodológico possível. *Interfaces da educação*. 5 (15), 2014.

Agradecimentos

À Secretaria Municipal de Saúde de Cuité, à equipe de profissionais da Unidade Básica de Saúde Diomedes Lucas de Carvalho e aos idosos participantes pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades.

À UFCG pela concessão de bolsa por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.