

“Se conhecer através do outro”: Reflexões sobre o potencial transformador do trabalho com um grupos de idosos

Juliana Nazareth, Jordana Rodrigues Pimentel, Maria Alice Fernandes da Costa
Centro Universitário Arthur Sá Earp Neto (UNIFASE), Petrópolis, Rio de Janeiro
juliana.nazareth@prof.unifase-rj.edu.br

Dado o aumento na longevidade da população mundial, faz-se imprescindível um olhar mais atento e cuidadoso para o processo de envelhecimento. Trata-se de uma fase natural do ciclo vital dos seres humanos que, embora marcada por declínio físico e diminuição da capacidade produtiva, não precisa ser vivenciada, necessariamente, com(o) sofrimento psíquico. Ou, tampouco, repercutir, em isolamento e solidão.



Figura 1
Centro Universitário Arthur Sá Earp Neto (UNIFASE), Petrópolis, Rio de Janeiro

O objetivo deste trabalho é compartilhar a experiência que vem sendo desenvolvida com um grupo de idosos, homens e mulheres, a partir de 60 anos, como parte da construção de processos de prevenção e promoção de saúde, numa comunidade da serra fluminense.

O grupo vem sendo conduzido por duas estudantes do décimo período de Psicologia, sob supervisão da professora/supervisora da instituição. São encontros realizados semanalmente, no SPA (Serviço de Psicologia Aplicada).

Tendo com referência a carta de Ottawa e suas estratégias, utiliza-se metodologias participativas, acreditando no protagonismo da comunidade na melhoria da sua própria qualidade de vida e saúde.



Figura 3
Imagem de um dos encontros, Serviço de Psicologia Aplicada (SPA), out. 2024.

Durante os encontros busca-se (re)conhecer e validar as diferentes vivências de envelhecimento, estimulando o protagonismo de cada participante. Mas, buscando, também, desenvolver um senso de identificação entre eles.

A partir de uma postura acolhedora, escuta qualificada e dialogicidade, estimulam-se as trocas e a construção de uma relação de conforto, afeto e pertencimento.

Os temas abordados são propostos pelos próprios participantes. E funcionam como sementes da árvore e se transformam em frutos, ao serem considerados trabalhados - como ideias que vão sendo amadurecidas.

População residente no Brasil (%)

Segundo sexo e grupos de idade, em 2010 e 2022

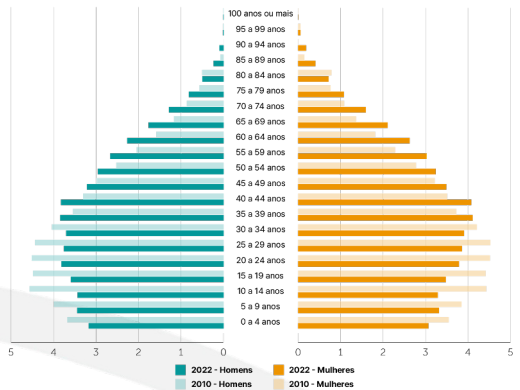


Figura 2
Censo Demográfico, 2022: População por idade e sexo - Resultados do Universo; IBGE - Censo Demográfico 2010.

De acordo com o Censo de 2022, foi identificado um crescimento de 56,0% na população idosa - comparado a 2010. As estimativas apontam que este percentual possa dobrar até 2050. Podendo chegar a 31% da população.

Tanto as estatísticas, quanto a literatura atual a respeito do processo do envelhecimento, evidencia que estamos vivendo uma fase de longevidade sem precedentes. Com desafios sociais e econômicos, também significativos.

Mostra ainda que o envelhecimento é um processo singular, em que os atravessamentos e interseccionalidades que incidem, implicam em diferentes experiências de envelhecer. É preciso pensar acerca de suas demandas, necessidades e possibilidades. Promovendo o acesso à saúde e ampliando as possibilidades de envelhecimento saudável.

*** PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL QUE PERMITE O BEM-ESTAR NA IDADE AVANÇADA**
Conceito de envelhecimento saudável - OMS

A fala de uma das participantes, intitula o trabalho, revelando a força contida na experiência de compreender a si mesmo, a partir da relação com o outro. Evidencia, também, a importância do exercício de compartilhar experiências. Tanto para o incremento do (auto)conhecimento, quanto para a ampliação da percepção e das possibilidades de vivenciar o envelhecimento.