

PROJETO NAZARÉ – AMOR PELA FUTURIDADE, UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR VISANDO A MELHOR QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO INSTITUCIONALIZADO

Juliana Barbosa da Silva ¹

Vanessa Giffoni de Medeiros Nunes Pinheiro Peixoto ²

RESUMO

O perfil dos idosos que vivem em Instituição de Longa Permanência (ILP), caracteriza-se por: solidão familiar, diminuição dos movimentos e redução da autonomia, resultado da interação entre os fatores sociais e biológicos, intrínsecos da idade. Sendo assim, o presente trabalho tem por objetivo relatar as vivências do “Projeto Nazaré – amor pela Futuridade”, promovido na UFRN pela International Federation of Medical Student’s Associations of Brazil (IFMSA), semestralmente, com o objetivo de construir, no âmbito acadêmico, uma visão mais humanizada acerca do processo de envelhecimento e proporcionar às idosas de ILP’s um envelhecimento ativo e saudável. Executado no Lar da Vovozinha, uma ILP localizada em Natal/RN. Participam do projeto uma equipe multiprofissional, da área da saúde, composta por vinte alunos, que são submetidos a duas capacitações e em seguida, realizam três intervenções com as idosas do lar. São promovidas atividades lúdicas, como jogos, música, dança e oficinas de beleza, que promovam o estímulo motor, intelectual e emocional. Ao final da execução do projeto foi perceptível que as intervenções, promoveram melhora da autoestima, da cognição e da qualidade de vida das idosas institucionalizadas, através da promoção do envelhecimento ativo. Somado a isto, os estudantes participantes desenvolveram habilidades de comunicação e valorização da pessoa idosa, a partir de uma visão mais humanizada acerca do processo de envelhecimento.

Palavras-chave: Idoso Institucionalizado, Qualidade de vida, Ação Multidisciplinar, Valorização da pessoa idosa.

INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2018 a população idosa ultrapassou 29 milhões no Brasil, sendo que em 2000 a população com mais de 60 anos era de 14,5 milhões de pessoas, um aumento de 50% em 19 anos, e a expectativa é que, até 2060, este número suba para 73 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais. (IBGE, 2019). Isso demonstra o acelerado processo de transição demográfica no país, fenômeno que está diretamente relacionado com as mudanças sociais, culturais, econômicas, institucionais, de valores e na configuração dos arranjos familiares (SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA, 2019).

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, julianabarbosa286@gmail.com;

² Especialista em Geriatria, Professora da disciplina de Geriatria do curso de medicina na Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, vangiff@yahoo.com.

Todavia esse aumento da longevidade, infelizmente, tem sido acompanhado de um declínio do estado de saúde físico e mental, presença de múltiplas doenças crônicas, perda de independência e autonomia, e limitações socioeconômicas e ambientais, que são fatores associados à limitação da capacidade funcional dos idosos. Isto conseqüentemente leva os idosos a certo grau de dependência de terceiros, o que levanta um questionamento, quem cuidará desses idosos? (ALENCA et al., 2012).

Visto isso, observamos a redução de cuidadores familiares, dadas as mudanças na família, a redução do seu tamanho e a participação maior das mulheres no mercado de trabalho. Isto requer que o Estado e o mercado privado dividam com a família as responsabilidades no cuidado com esta população. Diante desse contexto, uma das alternativas de cuidados não-familiares existentes corresponde às instituições de longa permanência para idosos (ILPI), sejam públicas ou privadas (CAMARANO; KANSO, 2010).

A Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) define as ILPI como um estabelecimento para atendimento integral institucional, cujo público alvo são as pessoas de 60 anos ou mais, dependentes ou independentes, que não dispõem de condições para permanecer com a família ou em domicílio unicelular. No Brasil, infelizmente as instituições de longa permanência estão muito associadas a pobreza, negligência e abandono do idoso pela própria família. Além disso, ainda acredita-se que as ILPI significa ruptura de laços familiares e de amigos, ignorando-se os novos laços de amizade construídos dentro das instituições (CAMARANO; BARBOSA, 2016).

Tomando por base isto, a literatura aponta um perfil dos pacientes internos nessas instituições, caracterizando-se por: solidão familiar, ao contrário do que dizer, esta acontece antes mesmo da institucionalização; somado a diminuição dos movimentos e da funcionalidade, resultado da interação entre os fatores sociais e biológicos, intrínsecos da idade. Além disso, faz-se necessário destacar que dos idosos institucionalizados, 80% apresentam triagem positiva para alterações cognitivas, sendo assim um dos achados mais frequentes nas ILPIs, sendo um dos principais motivos para a institucionalização do idoso. Uma vez que o comprometimento pode causar déficits de raciocínio, memória, comunicação, praxia, orientação espacial e personalidade, o que afeta diretamente seu convívio social (REGÔ, 2016; CAMARANO; BARBOSA, 2016).

Acrescenta-se a isto que os idosos institucionalizados apresentam um vasto tempo livre, que pode agravar as condições cognitivas pré existentes ou até mesmo desencadear as alterações, tais como as demências ou tristeza profunda, pois são limitadas as atividades de lazer ou interação social. A partir desse quadro, torna-se necessário o incentivo à mudança no cotidiano das ILPIs, de modo a complementar a costumeira rotina do idoso, bem como, da própria instituição (REGÔ, 2016).

Assim sendo o Projeto Nazaré - Amor pela Futuridade, promovido pelo comitê UFRN da International Federation of Medical Student's Associations (IFMSA), propõem-se a promover momentos de alegria, satisfação, qualidade de vida e o estímulo intelectual, proporcionando o envelhecimento ativo para os idosos. Mais para além disso, o projeto é capaz de ensinar aos participantes direta e indiretamente, o respeito à terceira idade, a importância do cuidado, a necessidade de um olhar mais atento e sensibilizado a essa parcela da população, trazendo reflexões mais profundas sobre como a sociedade está cuidando de seus idosos e sobre como nós mesmos seremos cuidados no futuro.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, projeto de extensão universitária promovido pelo comitê UFRN da International Federation of Medical Student's Associations (IFMSA), chamado "Projeto Nazaré", que ocorreu de março a maio de 2019, com periodicidade semestral, realizado em uma instituição de longa permanência para idosos, por uma equipe multiprofissional, incluindo estudantes dos cursos de Medicina, Enfermagem, Odontologia, Nutrição, entre outros. Porém, não se destina a realização de atividades para promoção ou assistência à saúde dos idosos, preocupa-se mais com a qualidade de vida dos institucionalizados, através da prática de atividades lúdicas, música, dança, oficinas de beleza e interação social.

O projeto ocorre no "Lar da Vovozinha", uma ILPI com quarenta idosas institucionalizadas, que podem ser dependentes (acamadas) ou independentes, localizada em Natal/RN. A instituição foi criada por um grupo espírita, que também são responsáveis pela administração do lar, sendo sua manutenção baseada em contribuições solidárias e apoio do município, ou seja, não possui subsídio privado. Por isso, para a compra de alguns materiais

que foram usados no projeto, os próprios alunos participantes contribuem com uma quantia ao efetuarem a inscrição.

São selecionados um total de vinte alunos e divididos em dois grupos (com dez alunos), sendo cada grupo responsável por três intervenções com as idosas, que ocorrem nos sábados à tarde, de quinze em quinze dias. Porém antes da realização das intervenções todos os alunos são submetidos a duas capacitações, onde é exercitado a comunicação, o toque terapêutico e a palhaçoterapia, como forma de exercitar o que será trabalhado na instituição.

DESENVOLVIMENTO

Ao iniciar o projeto, são reunidos todos os alunos participantes e os coordenadores, no Lar da vovozinha para que podessemos nos apresentar entre si, além de conhecer a instituição, que foi apresentada por uma das administradoras do local. Neste momento também conhecemos a médica responsável por fundar o Projeto Nazaré no Rio Grande do Norte, ainda no período da graduação em medicina, ela ministrou uma conversa sobre as principais Demências na população idosa, aquelas com a qual nós iríamos nos deparar durante as intervenções, por isso deveríamos estar preparados para lidar de maneira adequada.

Os encontros seguintes trataram-se de capacitações, a primeira delas foi ministrada pela Dr.^a Vanessa Giffoni, coordenadora do Nazaré, com o tema “A arte de dar más notícias”, onde foi aprendido técnicas para dar notícias ruins, principalmente o diagnóstico de doenças crônicas degenerativas, tal como a Doença de Alzheimer, que provoca o comprometimento neurodegenerativo e inicia-se costumeiramente em pessoas com mais de 65 anos, afetando diretamente a capacidade funcional e conseqüentemente a independência dos idosos, já que comprometem a memória, a linguagem e nós estagios finais podem afetar até mesmo a função motora (Andar, subir escadas ou vestir-se).

Já a segunda capacitação, foi realizada pelos próprios coordenadores do projeto, onde o tema era “Técnicas de Massagem e seus Benefícios, na Busca do Sorriso”, neste dia foi exercitado por meio de dinâmicas entre os alunos o toque terapêutico, massagem que não objetiva apenas o relaxamento, mas também, o carinho, a atenção e a construção de laços com outro, visto que os idosos institucionalizados são bem carentes de afeto, devido a ruptura familiar que sofreram. Além disso foi exercitado a palhaçoterapia, como forma de tirar a timides e exercitar a empatia dos alunos, para que ao realizarem as intervenções tenham autonomia de fazer as atividades propostas e trazer alegria as idosas.

A primeira intervenção no Lar da Vovozinha consistiu a realização de atividades lúdicas, incluindo, jogos, pintura e oficina de beleza. Para esse dia, foram levados papel e telas, para as idosas pintarem, como também o dominó, jogo que visa o estímulo intelectual e cognitivo delas. Além disso, foi oferecido muitos artigos de beleza, como esmaltes, maquiagens e acessórios de cabelo a fim de se trabalhar a auto-estima das idosas e proporcionar a elas uma tarde de beleza, alegria e satisfação

Na intervenção seguinte, por está próximo do dia das mães, realizamos uma tarde de música e dança, onde as idosas puderam cantar as suas músicas preferidas e relembrar a juventude. Para finalizar, entregamos flores para todas elas ao som da canção “Como é grande o meu amor por você”, do cantor favorito de todas elas, Roberto Carlos, este foi um momento muito gratificante para todos nós, por vê no olhar de cada uma a felicidade e emoção.

Quanto a terceira e última intervenção, que será realizada na primeira semana de junho, iremos comemorar o São João, utilizando-se da palhaçoterapia e música, com o objetivo de fazer as idosas festejar e se divertirem nesta data tão comemorada, especialmente no nordeste. Neste ultimo encontro também será destinado um momento para avaliação do projeto, onde os alunos participantes devem analisar as limitações, desafios, mas também a importância do projeto na melhora da qualidade de vida das idosas institucionalizadas e na formação profissional e humana dos indivíduos que o compuseram. Assim cada participante e coordenadores podem compartilhar suas experiências no lar da vovozinha e sugerir melhoramentos para as próximas edições.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o “Projeto Nazaré - Amor pela futuridade”, conseguiu-se promover a aproximação dos participantes entre si, ou seja, estimulou-se o trabalho multiprofissional, muito importante principalmente aos profissionais da saúde, como também, entre as idosas institucionalizadas no Lar da Vovozinha. Através das conversas, atividades lúdicas, compartilhamento de experiências vividas e a realização de técnicas de fortalecimento de vínculo.

Com relação às idosas do Lar da Vovozinha, foi notório o quanto as intervenções aplicadas contribuem para a melhora da qualidade de vida e bem estar das senhoras, ainda mais se feita de forma continua. No cenário dos idosos institucionalizados é comum surgir sentimentos de abandono, ansiedade, medo e angústia. Diante disso vemos a importância de

oferecer atenção, carinho e afeto, em busca de aliviar os sentimentos negativos, por isso notou-se a Música e a dança foram das atividades trabalhadas a que mais alegria as idosas, pois ajuda a ficarem mais ativas, através da expressão corporal e do riso, aliviando (pelo menos momentaneamente) sua ansiedade.

O Dia da Beleza também assume um papel importante ao resgatar a auto-estima das senhoras, em virtude de ser comum, no processo de envelhecimento, uma distorção da auto-imagem. Visto que a sociedade em que vivemos, busca valorizar o que é jovem, bonito e novo, em detrimento do idoso, que muitas vezes é considerado um velho e incapaz. Para romper esses paradigmas a valorização do idoso deve ser diária, construída e reconstruída, a fim de melhorar essa avaliação sobre si mesma.

Somado a isto, as atividades de pinturas e jogos, visam estimular nas idosas a concentração, observação, atenção a detalhes, como também aumenta o potencial crítico das senhoras. Isso faz-se fundamental nos idosos institucionalizados, que ao passar muito tempo livre acabam por adquirir comprometimento cognitivo, por isso essas atividades são fundamentais como estímulo intelectual dos idosos, prevenindo as alterações cognitivas ou até mesmo, funciona como terapia para os que já possuem tal comprometimento.

Foi observado que algumas idosas não queriam participar de nenhuma atividade lúdica sugerida, seja por limitação física ou por suas características mais introspectivas, assim alguns dos participantes dedicavam tempo para conversar com elas, mas principalmente para ouvi-las, valorizando suas histórias de vida e oferecendo atenção devida, que grande maioria não recebe durante seu dia-a-dia na instituição.

Por meio das capacitações e intervenções desenvolvidas no lar, observamos que os alunos participantes acabaram por desenvolver qualidades essenciais para qualquer ser humano, porém mais ainda para eles como futuros profissionais da saúde, são elas: a solidariedade, a compaixão, a compreensão, a empatia, e as mais importantes delas, a valorização e o respeito pela terceira idade, aprendido com cada história de vida compartilhada.

Outro aspecto importante a destacar é a importância desse projeto para aproximar os estudantes da saúde dos idosos, visto que na maioria desses cursos não existem disciplinas unicamente direcionadas à atenção da pessoa idosa, ou seja, o projeto não apenas proporcionou a aproximação dos alunos aos idosos e ajudou no exercício da comunicação com este grupo,

que necessita ser mais valorizado e respeitado. Somado a isso promovemos a aproximação também entre os estudantes de diversos cursos da saúde, objetivando o trabalho multrofissional, fundamental no exercício da profissão futuramente, para o melhor atenção do indivíduo na qual se prestará o cuidado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Projeto Nazaré – Amor pela Futuridade conseguiu atingir seus objetivos ao vislumbrar um progresso geral das idosas, através da socialização entre estas e, também, com os participantes do projeto. Alcança-se, dessa forma, o desenvolvimento da autonomia, melhoria no aspecto psicológico e emocional, extremamente debilitado pela ideia de abandono vinculada a idosos residentes de ILPs, além do aperfeiçoamento da relacionamento entre elas, do estímulo intelectual e motor.

No que concerne aos estudantes participantes do projeto, tem-se que esses adquirem experiência para lidar com a população idosa, imprescindível para profissionais da saúde, o que ganha relevância tanto no âmbito pessoal quanto no profissional. Em decorrência disso, espera-se que os participantes se tornem profissionais mais preparados para lidar com os idosos e com a equipe multiprofissional, promovendo a saúde e exercendo responsabilidade social de forma eficiente.

Destaca-se por fim que, este projeto apresenta limitações devido a frequência das intervenções serem tão espaçadas, porém ele abre novas perspectivas para a valorização da pessoa idosa e implantação deste projeto, promovendo o envelhecimento ativo, em outras instituições de longa permanência para idosos em todo o RN e também em outros estados.

REFERÊNCIAS

ALENCA, Mariana Asmar et al. Perfil dos idosos residentes em uma instituição de longa permanência. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 15, p.785-796, jan. 2012.

REGÔ, Karoline Duarte et al. Projeto nazaré: amor pela futuridade. 7º Congresso Brasileiro de extensão universitária, Universidade Federal de Ouro Preto, 2016.

CAMARANO, Ana Amélia; BARBOSA, Pamela. INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS NO BRASIL: DO QUE SE ESTÁ FALANDO? In: ALCÂNTARA, Alexandre de Oliveira; CAMARANO, Ana Amélia; GIACOMIN, Karla

Cristina. **Política Nacional do Idoso: velhas e novas questões**. Rio de Janeiro: Ipea, 2016. Cap. 20. p. 479-514.

CAMARANO, Ana Amélia; KANSO, Solange. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista Brasileira de Estudos de População**, [s.l.], v. 27, n. 1, p.232-235, jun. 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-30982010000100014>.

GERONTOLOGIA, Sociedade Brasileira de Geriatria e. **OMS divulga metas para 2019; desafios impactam a vida de idosos**. 2019. Disponível em: <<https://sbgg.org.br/oms-divulga-metas-para-2019-desafios-impactam-a-vida-de-idosos/>>. Acesso em: 22 maio 2019.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação**. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>>. Acesso em: 01 jun. 2019.