

OFICINA DE FOTO LINGUAGEM PARA IDOSOS DE UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA DO IDOSO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Micaella Arruda de Macedo ¹

Ana Claudia Torres de Medeiros²

RESUMO

O contingente de idosos aumenta a cada dia no Brasil, tendo em vista o crescimento dessa população, a Organização Mundial de Saúde estabeleceu o conceito de envelhecimento ativo, visando a adoção de políticas específicas a esse público idoso, através da realização de atividades que promovam a prevenção em saúde. Nesse contexto, o presente artigo tratará em relatar experiências acerca da oficina de fotolinguagem, realizada com idosos participantes de um centro de convivência, objetivando o incentivo ao envelhecimento ativo e à criação de vínculos entre seus participantes. A construção do estudo será baseada na vivência de uma aluna do curso de Enfermagem, participante do projeto de extensão “A universidade vai ao Centro de Convivência do Idoso: ações educativas e qualidade de vida”, vinculado a Pró-Reitoria de Pesquisa e Extensão – PROPEX da Universidade Federal de Campina Grande no ano de 2019. O método utilizado na oficina foi realizado por meio de imagens que remetem à boas experiências da vida, cada participante é convidado a relatar, através da foto escolhida, tais momentos. Durante a realização da oficina foi possível perceber a importância das trocas de boas experiências com o grupo, obtendo um retorno positivo após esse momento de fala. Foi observado também, uma maior abertura para a criação de vínculo dos usuários entre si e com os outros participantes do projeto de extensão, promovendo dessa forma, a criação de um espaço de convívio bem mais acolhedor de suas demandas e reflexões pessoais.

Palavras-chave: Envelhecimento, Foto linguagem, Prevenção, Comunidade.

¹ Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, micaellaufcg@gmail.com;

² Professora, doutora, docente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, anaclaudia.tm@hotmail.com;

INTRODUÇÃO

O contingente populacional de idosos cresce a cada dia no Brasil. Esse fato ocorre devido ao aumento da expectativa de vida, consequência dos avanços nos conhecimentos e políticas de prevenção e tratamento de doenças, como também, a diminuição gradual da taxa de natalidade (MIRANDA et al., 2008).

Atualmente, o percentual de idosos correspondem a 12% da população mundial e está previsto uma duplicação desse número até 2050, esses dados permitem a mudança em políticas e atitudes no que se refere a promoção e prevenção em saúde, visto que, haverá mais pessoas idosas no futuro (CUNHA et al., 2019).

O fenômeno citado acima é conhecido como transição demográfica, se faz importante ressaltar a necessidade de conhecer o processo de envelhecimento para assim promover um envelhecimento equilibrado entre o que limita e potencializa o indivíduo idoso. Nessa perspectiva, Khan e Rowe (1998) definem três possibilidades para o envelhecimento humano: o primeiro é definido como normal, quando o indivíduo perde aos poucos a vitalidade física e cognitiva, de forma lenta e gradativa sem grandes interferências no seu estilo de vida. Já o envelhecimento patológico refere-se a presença de alterações com síndromes e patologias clínicas. A terceira possibilidade seria o chamado envelhecimento saudável seria a adequação às mudanças físicas e cognitivas sem a presença de patologias, mantendo a capacidade de autonomia do indivíduo (MIRANDA et al., 2008).

Para isso, a OMS (Organização Mundial de Saúde) estabeleceu o conceito de envelhecimento ativo que é definido como o processo de otimização das oportunidades de saúde para os idosos com a participação e segurança tendo como objetivo a melhora da qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem (FRANÇA et al., 2014).

Tendo em vista o conceito de envelhecimento ativo, houve a necessidade da adoção de políticas específicas para esse público que visem propiciar um envelhecimento sadio, na qual a autonomia e, especialmente, a dignidade sejam respeitadas. Logo, o conceito de envelhecimento ativo pode aplicar-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais. Este permite que, as pessoas entendam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao durante todo o curso da vida, e permite também, que essas pessoas participem da sociedade de

acordo com suas necessidades, desejos e capacidades; propiciando assim, proteção, segurança e cuidados necessários (MIRANDA *et al.*, 2008).

Seguindo essa expectativa, em 1994 foi criada a Política Nacional de Saúde do Idoso, pautando-se na necessidade de desenvolvimento e implantação de intervenções para a prevenção e promoção à saúde física e mental da pessoa idosa, com o objetivo de aperfeiçoar a moral, intelectual, espiritual e social prevalecendo as condições de liberdade, autonomia e dignidade (COELHO, 2015).

No que refere-se a promoção à saúde mental para a comunidade idosa, para que estas se sintam úteis, ativas, e integradas socialmente, gerando a diminuição do risco e surgimento de problemas e transtornos foi necessário o desenvolvimento de ações em saúde com a participação da comunidade de forma a promover o empoderamento comunitário, por meio do suporte pessoal e social e o fortalecimento de habilidades pessoais, através de estratégias que promovam a aprendizagem de novas competências e que ajudem o indivíduo a lidar da melhor maneira com as adversidades advindas do ciclo de vida (COELHO, 2015).

Uma das estratégias criadas para a prevenção e promoção a saúde mental da pessoa idosa junto à comunidade é fundamentada na teoria da atividade. Esta é um modelo de envelhecimento ideal proposto por Papalia, Olds e Fieldman (2006), pois afirmam que quanto mais ativas as pessoas se mantêm durante a vida, melhor elas envelhecem. De acordo com essa teoria, a prática de atividades juntamente ao suporte social podem contribuir para reforçar o sentimento de valor pessoal do indivíduo idoso. Isso é importante, pois com o avançar da idade muitos idosos já não tem obrigações profissionais, e por muitas vezes são vistos pela sociedade ocidental como um ser incapaz de desempenhar suas funções e papel social. (MIRANDA *et al.*, 2008).

Fatores como aposentadoria, perda do companheiro, o afastamento dos filhos e limitações por alguma doença podem interferir de forma negativa na qualidade de vida e na auto percepção do idoso em sociedade, e para isso, a prática da atividade é um meio de reforçar o auto-conceito positivo e o sentimento de auto-eficácia, facilitando o manejo de situações negativas devido ao declínio natural das forças físicas, perdas familiares e mudanças financeiras (FRANÇA *et al.*, 2014).

Tendo em vista a teoria da atividade e seus benefícios a saúde física e, principalmente, mental da população idosa, pautando-se também no incentivo ao envelhecimento ativo e na

criação de vínculos saudáveis, o presente artigo tem por objetivo relatar a experiência durante a realização da oficina nomeada “Foto Linguagem” desenvolvida pelo projeto de extensão intitulado “A universidade vai ao centro de convivência do idoso: ações educativas e qualidade de vida”.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência acerca da vivência de uma aluna do curso de Enfermagem, participante do projeto de extensão “A universidade vai ao Centro de Convivência do Idoso: ações educativas e qualidade de vida”, vinculado a Pró-Reitoria de Pesquisa e Extensão – PROPEX da Universidade Federal de Campina Grande com vigência durante o ano de 2019. O relato apresentado diz respeito a oficina nomeada “Foto Linguagem” realizada em agosto de 2019 em um Centro de Convivência do Idoso no município de Campina Grande. Nesse dia estavam presentes 35 idosos e 8 participantes do referido projeto.

RESULTADOS E DISCURSÕES

O USO DA FOTO

A “foto linguagem” (grifo nosso), trata-se de uma metodologia dinâmica de grupo na qual é apresentada um conjunto de fotografias que podem ser recortes de jornais, revistas ou imagens impressas, previamente escolhidas pelo orientador da atividade ou pelo grupo. Logo após isso, é feita a proposta aos participantes para que escolham uma imagem que represente um ou mais temas propostos. Essa metodologia foi criada em 1965 por um grupo de psicólogos e psicossociólogos lioneses, que trabalhavam adolescentes, propuseram a utilização de imagens para dar suporte e facilitar a fala e a expressão de sentimentos do mesmos (COELHO, 2015).

Na oficina em questão, foram levadas algumas imagens, no qual o grupo de alunos extensionistas as colocou com cuidado num varal, de uma maneira bem organizada e suficientemente espaçada para que todos os participantes do centro de convivência pudessem circular através do varal de fotos, passar de uma a uma, olhar livremente as fotos, sem ordem preestabelecida. As escolhas das imagens pelo grupo orientador da atividade foi feito pelo critério daquelas que retratavam vivências simples do cotidiano dos idosos como por exemplo: grupos de dança, viagens, práticas religiosas, conversas, convívio familiar e práticas esportivas.

O porquê do uso de imagens? O uso de imagens é um exercício projetivo em que o indivíduo por meio da simbolização apresentada nas imagens se reconhece e assim faz florescer o seu eu exterior e interior na imagem, e nesse momento, há a participação também de seus afetos o que os leva à necessidade da escolha. Quanto à escolha da foto, o coordenador do grupo deve explicar a dinâmica de escolha e a apresentar uma questão a ser respondida pelos participantes com a ajuda de uma foto. Esse componente se faz essencial, pois define o espaço necessário entre a proposta da questão e a mobilização de ideias pelos idosos. É importante salientar que as imagens devem ser apresentadas anteriormente à questão proposta para que haja um tempo maior a reflexão acerca das imagens apresentadas (VACHERET, 2008).

No caso da realização da oficina com os idosos do Centro de Convivência, a questão proposta pelo grupo foi: “Qual a imagem que mais representa alguma boa lembrança em sua vida?”. A partir dessas imagens escolhidas os idosos poderiam compartilhar suas vivências, proporcionando um momento em que os vínculos afetivos fossem ainda mais fortalecidos

A aplicação dessa proposta na oficina teve como objetivo a criação de um clima amigável desprovido de juízo de valor, mas com respeito entre os participantes do Centro de Convivência, possibilitando o encontro de seus pontos em comum, fortalecimentos de vínculos, como também a criação do vínculo entre o grupo orientador, ou seja, o grupo de extensionistas e os participantes, através de uma linguagem comum e simultaneamente verbal e não verbal, para assim fazer emergir desejos, afetos e problemáticas pessoais e cotidianas da vida dos idosos.

Inicialmente foi feita a proposta aos participantes idosos, que se deixassem interiorizar pelas fotos, eles deveriam olhá-las atentamente, a fim de se sensibilizarem com aquelas que lhes pudessem causar maiores reflexões. Durante esse momento inicial, um integrante do projeto escolheu também uma foto e participou das trocas em grupo como os outros membros.

Após isso, foi mencionada as regras para a participação da oficina, sendo elas: A escolha deveria ser feita em silêncio, para que houvesse respeito à reflexão e à escolha dos outros, cada um em seu próprio ritmo, cada participante deveria indicar o momento em que terminou sua escolha. Para tanto, bastou que o próprio se afastasse das fotos e aguardasse o prosseguimento da atividade indo sentar-se em outra parte da sala.

Assim, outro integrante do projeto identificou o momento em que todos os participantes tinham terminado essa parte da atividade.

A TROCA EM GRUPO

O coordenador da proposta convidou os participantes para apresentarem sua foto, quando assim desejarem, articulando-se eventualmente com a etapa anterior. Assim, uma das regras estabelecidas foi a de que o grupo de idosos deveriam escutar atentamente aquele ou aquela que apresentava sua foto selecionada. Não foi necessária nenhuma interpretação, cada um com um tempo limitado respondeu a questão com sua foto.

Claudine Vacheret (2008) afirma que o tempo da apresentação para aquele que fala de sua foto permite ao sujeito apropriar-se de sua escolha, de se escutar ao fazer a formulação daquilo que constitui sua visão pessoal e irreduzível da realidade, tal qual ele a vê, ele põe ali o seu “universo” particular.

No início da realização da oficina houve a preocupação por parte dos integrantes do projeto, em que os idosos pudessem relatar experiências negativas ou até mesmo falar algo desagradável sobre a escolha dos demais, mas felizmente, todas as falas por meio das fotos referiram-se a momentos felizes e positivos. A maioria demonstrou a experiência da amizade como a mais importante da vida e agradeceu o fato de ter amigos no Centro de Convivência, outros relataram a família e a religião como muito importante em suas vidas, alguns poucos relataram a dança, as viagens como sendo para eles algo importante e satisfatório, vale ressaltar que em todas as experiências relatadas com o uso da fotografia houve algo em comum entre as falas, todas representavam atividades em grupo, em partilha com pessoas.

Ao final da oficina agradecemos a abertura para o momento de fala e foi realizado um abraço coletivo significando o acolhimento mútuo do universo que é o outro, na fala do outro, diferente e significativo para cada um.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do uso desse método na oficina foi possível observar um retorno positivo após o momento de fala de cada participante por ambas as partes presentes ao decorrer da atividade. Pudemos observar também, uma maior abertura para a criação de vínculo dos usuários entre si e com os outros participantes do projeto de extensão, promovendo dessa forma a criação de um espaço de convívio bem mais acolhedor de suas demandas e reflexões pessoais.

Surpreendemo-nos ao descobrir, por meio da fala de um outro, ou seja dos idosos, toda uma visão nova e criativa, levantando um ponto de vista bem diferente sobre a realidade, que pareceu nos abrir novos horizontes.

Portanto, a utilização dessa estratégia na oficina, por usar tecnologia leve, sem impactos de custos excedentes no desenvolvimento da atividade, além de proporcionar vantagens para a melhoria das atividades em grupo no âmbito de vivência em comunidade, revela-se como uma prática que pode ser estimulada para outras realidades dentro dos serviços de saúde, como forma de adicionar ferramentas de cuidados disponíveis aos profissionais de saúde no processo de cuidado e acolhimento de demanda dos usuários.

REFERÊNCIAS



COELHO, J. Instrumentos projectivos na compreensão de comportamentos de risco. **Aná. Psicológica**, Lisboa, v. 23, n. 1, p. 33-35, Jan 2005.

CUNHA, J.S. *et al.* Produção Científica Acerca da Assistência de Enfermagem no Envelhecimento Saudável da Pessoa Idosa: Revisão Integrativa . **Rev Temas em Saúde.**, João Pessoa, edição especial, p.159-176, 2019.

FRANÇA, L. *et al.* Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v.34, n.2, p. 318-329, Jun 2014.

MIRANDA, L. *et al.* Qualidade de vida na terceira idade: a influência da participação em grupos. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora , v. 2, n. 1, p. 69-80, jun.2008.

VACHERET, C. The Fotolanguage: a method of group work with therapeutical or formative perspective. **Psicol. teor. prat. [online]**.2008, vol.10, n.2, p. 180-191, Nov 2008.