

A CRIATIVIDADE COMO RECURSO DE ENFRENTAMENTO EM TEMPO PANDÊMICO

Victória Maria de Freitas Nunes ¹
Leonardo Farias de Arruda ²
Virginia Maria Bezerra Silva ³
Mirella Raquel Alves de Araújo Rodrigues ⁴
Maria do Carmo Eulálio ⁵

RESUMO

O Brasil vivencia uma verdadeira revolução demográfica, configurando-se como um jovem país já de cabelos brancos. No entanto, somadas às mudanças decorrentes do processo de envelhecimento, a pessoa idosa brasileira vivencia diversas dificuldades. Com a pandemia da Covid-19, problemas de várias ordens ganharam mais visibilidade ou foram potencializadas. Nesse sentido, a criatividade se destaca como importante ferramenta para novas descobertas e resolução de problemas. Assim, o presente trabalho objetiva analisar o papel da criatividade no processo de enfrentamento às adversidades, restrições e repercussões causadas pela pandemia da Covid-19. Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter descritivo cuja amostra foi composta por 27 pessoas idosas de ambos os sexos, com idade acima de 60 anos selecionados pela técnica de amostragem bola de neve (snowball sampling). Os encontros foram realizados através da plataforma *Google Meet* por meio de oficinas em dinâmica de grupo no período de janeiro a agosto de 2021 cada uma com duração de 1h30m. Foi utilizada a Análise Temática de Conteúdo. Os resultados apontaram a criatividade como um meio para (re)descobrir ambientes, tecnologias, preparo de refeições, atividades e estratégias e, com isso, iniciar e/ou retornar algumas atividades, manter a interação social, expressar sentimentos, lidar com a nova rotina e o tempo livre e elaborar estratégias de enfrentamento, contribuindo para no processo de descoberta de novas formas de viver diante do contexto pandêmico.

Palavras-chave: Envelhecimento; Criatividade; Pandemia.

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, vivifreitasn.00@gmail.com;

² Graduando pelo Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, nado.lfa@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, virginiamariabes@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, mirellarql@gmail.com

⁵ Prof.^a Dr.^a docente do Mestrado em Psicologia da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, carmitaetulio.uepb@gmail.com

INTRODUÇÃO

A partir de 1970 vem havendo redução drástica dos níveis de natalidade, fecundidade e mortalidade, o Brasil vivencia uma verdadeira revolução demográfica, passa de uma sociedade predominantemente jovem a uma sociedade com um contingente cada vez mais expressivo de pessoas com 60 anos ou mais de idade (Vasconcelos; Gomes, 2012).

Nesse sentido, o Brasil configura-se como um jovem país de cabelos brancos. Pois, em menos de 40 anos, com um aumento de quase 600% da população idosa, o país passou de um cenário de alta mortalidade da população jovem para um quadro de enfermidades típicas do envelhecimento (Veras, 2007).

No entanto, destaca-se que os idosos brasileiros vivem angústias devido ao cenário de desvalorização das aposentadorias e pensões, falta de assistência e atividades de lazer, bem como a desinformação, preconceito e desrespeito a esse grupo etário (Parahyba; Simões, 2006).

Além disso, com o envelhecimento, vários aspectos relacionados à saúde podem ser afetados, provocando diversas alterações no organismo, dentre estas, pode-se destacar a limitação física e dos movimentos, perda ou diminuição de funções sensoriais como audição e visão bem como aspectos cognitivos como memória, atenção e linguagem (Brito; Pavarini, 2012).

Soma-se a esse cenário, a atual pandemia da Covid-19 que veio como um vendaval, revirou e mostrou problemas antes silenciados, revestidos com disfarces racionalizadores. Desse modo, em meio a problemas de várias ordens que ganharam visibilidade ou foram potencializados com o cenário pandêmico (Correa; Justo, 2021), os idosos foram eleitos como um dos segmentos nevrálgicos da pandemia (Henning, 2020). Ao mesmo tempo em que foram considerados como prioridade na implementação de cuidados de proteção e prevenção, também foram alvos de responsabilização, discriminação, tutela, vigilância e controle (Correa; Justo, 2021).

No tocante a problemática, insere-se a criatividade pelo fato de que tal característica vem sendo destacada como fundamental em várias ocasiões da vida,

inclusive em momentos difíceis, como na relação com a saúde e com a doença e em situações de risco. Pois, para pessoas criativas, essas circunstâncias são percebidas como desafios a serem vencidos (Zavarize; Wechsler, 2012).

Segundo os mesmos autores, as características criativas impulsionam o ser humano no que tange a resolução de problemas, bem como o influencia para agir diante do cenário problemático, sobretudo em situações de risco e dificuldades. Como Amaral Filho (2009) bem afirmou, a necessidade, muitas vezes, é a maior aliada da criatividade e essa aliança é observada desde o início da evolução humana. Dessa forma, o processo criativo pode fornecer instrumentos de transformação, readaptação e resiliência em situações de doença ou de dor (Zavarize; Wechsler, 2012).

Nesse sentido, considerando a criatividade como um recurso potencial para lidar com situações de sofrimento e com os diversos impactos que a pandemia da Covid-19 trouxe para a população idosa, o presente trabalho tem como objetivo analisar o papel da criatividade no processo de enfrentamento às adversidades e repercussões causadas pela pandemia da Covid-19.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter descritivo cuja amostra foi composta por 27 homens e mulheres com idade acima de 60 anos selecionados pela técnica de amostragem bola de neve (snowball sampling). Os encontros foram realizados através de oficinas em dinâmica de grupo no período de janeiro a agosto de 2021 cada uma com duração de, aproximadamente, 1h30m. Foram utilizados recursos lúdicos, audiovisuais e aplicativos através da plataforma *Google Meet*, obedecendo às medidas sanitárias nacionais de contenção ao vírus da Covid-19.

As oficinas foram gravadas e, posteriormente, transcritas integralmente, processo este permitido pelos participantes e resguardado pelas questões éticas das diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos pela resolução CNS 466/12 (2012) do Conselho Nacional de Saúde. As transcrições formaram o corpus e alimentaram um banco de dados qualitativo.

Os dados foram analisados mediante a análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), que se desenvolveu em três etapas: pré-análise, exploração do material e o tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

A primeira etapa, pré-análise, foi o momento de reunir tudo o que foi coletado, e sobre esse material se procedeu a reprodução de todas as gravações, a transcrição desse conteúdo e, em seguida, uma leitura exaustiva e de organização dos relatos. A saber que essa sistematização foi a base para conduzir as operações sucessivas de análise. Na exploração do material, foi realizada a categorização dos temas, em que os dados foram recortados em unidades de registro e confrontados com a literatura.

Na última etapa, que compreende o tratamento dos resultados, inferência e interpretação, captou-se os conteúdos manifestos e latentes contidos em todo o material coletado. Desta fase emergiram 5 categorias temáticas: (Re)descobrimo ambientes; (Re)descobrimo as tecnologias; (Re)descobrimo a cozinha; (Re)descobrimo atividades; (Re)descobrimo estratégias.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Categoria 1 - (Re)descobrimo ambientes

Quadro 1 – (Re)descobrimo ambientes

Subcategorias	Estratos de relatos	F
Ambientes internos	<p>...eu fui pintar minha casa, já pintei o quarto do meu filho, já pintei o meu, aí vou começar a pintar primeiro a sala para depois eu vir aqui...</p> <p>...eu consegui fazer aquilo de pensar, ou seja, fazer uma casa dentro das porteiras, arrodado de porteiras, com terraço por todos os quatros lados...</p> <p>...reconhecer os espaços dentro de casa, valorizar o cantinho que a gente não valorizava, prestar atenção mais nas plantas, descobrir a cozinha...</p>	3
Ambientes externos	<p>...crio bastante galinha, crio cachorro, tem pé de maracujá, tem acerola, tem bocado de fruta nos quintais. Eu fico só catucando mexendo pra lá, mexendo pra cá, o dia passa que eu nem vejo...</p> <p>...eu vou a pé para o sítio, vou a pé vou e volto ar maravilhoso, tá muito verdinho os matos, nossa! é muito gostoso...</p>	2

Total		5
-------	--	---

Fonte: Dados das intervenções

A primeira categoria temática compreende as novas percepções e interações dos participantes com os ambientes em que estão vivenciando a pandemia e possui duas subcategorias, uma que se refere a ambientes internos e outra a ambientes externos.

Um dos participantes relatou que, “tinha resolvido não fazer mais nada, só ficar sentado, comendo, dormindo...” quando então, com as oficinas de dinâmica em grupo, decidiu pintar toda sua casa. Outro participante afirmou que antes da pandemia nunca achou que aquela casa ambiente seria uma casa, mas que conseguiu “fazer aquilo de pensar, ou seja, fazer uma casa dentro das portas”. Além disso, um outro participante aborda o quesito do processo criativo nos ambientes para lidar com o tempo livre, afirmando “o tempo passa que eu nem vejo”.

Sendo assim, ainda que a pandemia da Covid-19, para Alencar (2020), tenha mudado a face do mundo impondo o paradigma da distância para diversos serviços como também, para Silva, Schwartz, Lorenzon (2021) tenha colocado em conflito os direitos fundamentais à saúde e à liberdade. Através da criatividade, os participantes puderam (re)conhecer, (re)visitar e, até mesmo, (re)construir ambientes.

Além disso, vê-se que as situações de restrições, isolamento e mudanças na rotina desenvolveram sentimentos variados, tais como angústia, ansiedade e outros sofrimentos psíquicos (Limberger; Maia; Biagi, 2021). Nesse ínterim, para os participantes, o processo criativo também surge como uma forma de elaborar esses sentimentos e ocupar o tempo livre.

Categoria 2 - (Re)descobrimo as tecnologias

Quadro 1– (Re)descobrimo as tecnologias

Subcategorias	Estratos de relatos	f
Grupos online	<p>...superando através desses encontros online, não só da UAMA, mas de outros que participo e aquilo foi nos preenchendo.</p> <p>..a gente tá sempre em contato uns com os outros batendo papo tem vezes que a gente vai até o dia das reuniões e fica até 23:30 da noite.</p>	10

	<p>Então, é como se estivesse presente e é o que tem me ajudado muito no dia a dia...</p> <p>...tem os grupos da família, ainda tem um grupo da escola, tem um grupo da UAMA e com essa parte de grupo eu sempre gostei de participar, porque eu gosto de gente. O bom do sentido é a convivência, se arenga, briga, a gente sente saudade (...) a presença ajuda muito.</p>	
Redes sociais digitais	<p>...eu sempre tô buscando nas redes sociais, descobrindo como se faz isso, como se faz aquilo...</p> <p>Durante a quaresma eu gravei 42 dias seguidos o salmo e fiz uma reflexão em cima do salmo e eu mandei para todos os meus amigos (...) e isso me deixa bastante feliz, porque eu sempre participei dos grupos e como eu não tô indo. Então, eu tô fazendo a minha parte em casa.</p>	2
Jogos e aplicativos	<p>...quando tô a flor da pele mesmo, sento em frente ao computador e vou jogar dominó naquela jogatina e as vezes fazer umas aulinhas de inglês no duolingo...</p> <p>...às vezes eu pego o telefone celular e tem um joguinhos e fico brincando. Aprendi a ter paciência com esses joguinhos...</p> <p>...eu vou lá e faço para jogar dominó, eu gostava muito de jogar dominó com os grupinhos de gente de novo a idoso, essa gente todinha</p>	3
Televisão	<p>Quando to sozinho em casa sempre uma TV ligada por exemplo e eu colocava naquela TV de notícias da globo que é a globo news, deixava ligada e era a minha companhia em casa.</p> <p>...eu estou lá assistindo, eu assisto que passa na TV, nos canais religiosos tudo que oferecem Tô ligado, não é? (...) isso não me falta.</p>	4
Total		19

Fonte: Dados das intervenções

A segunda categoria diz respeito ao uso de tecnologias como uma ferramenta para criar novas formas de se comunicar, se divertir e participar de ações coletivas no período pandêmico.

A subcategoria “grupos online” compreende a participação em grupos de interação online para iniciar atividades, continuar as atividades que foram interrompidas pela pandemia e manter o vínculo com grupos. Logo, dentro dessa subcategoria

destaca-se o retorno às aulas da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), grupos de extensão universitária, grupos de pesquisa, grupos de atividades religiosas, bem como de grupos de familiares e amigos.

Na segunda subcategoria, as redes sociais digitais são entendidas como um meio para realizar buscas como também para realizar ações religiosas de forma remota. A subcategoria subsequente enfatizou os jogos e aplicativos como uma nova forma de entretenimento na pandemia, até mesmo com jogos grupais, como o dominó. Na última subcategoria, assistir televisão foi uma nova estratégia para lidar com o isolamento, o silêncio e a solidão, é tanto que um dos participantes afirmou que mantinha a televisão ligada, pois ela era sua companhia. Ademais, nessa categoria, a televisão foi percebida como uma forma para participação de celebrações religiosas.

Como Limberger, Maia e Biagi (2021) afirmam, a internet tornou-se grande aliada nas interações sociais assim como uma ferramenta que contribuiu positivamente para a população lidar com o atual cenário pandêmico nos mais diversos âmbitos, como no entretenimento, na formação profissional, na educação, no trabalho e na manutenção do contato com familiares, amigos e entre outros.

Categoria 3 - (Re)descobrimo a cozinha

Quadro 3 – (Re)descobrimo a cozinha

Subcategorias	Estratos de relatos	F
	<p>A criatividade que eu tenho é que eu passei a fazer muita comida da gente... O desafio eu passei já nesse final de semana todinho na cozinha, quem fez o almoço fui eu...</p> <p>...eu cheguei e comecei a fazer, hoje eu tô quase que especialista em filé à parmegiana...</p> <p>...fazer comida, inventar comida e olhar pelo telefone receitas novas...</p> <p>Quando ele morreu eu deixei de fazer comida, vim fazer depois dessa pandemia (...) agora que nessa pandemia voltei as raízes, a começar tudo de novo, mas gosto muito de cozinhar.</p>	4
Total		4

Fonte: Dados das intervenções

Esta categoria temática compreende o processo criativo na culinária. Um ponto bastante destacado pelos participantes foi a questão relacional nesse processo, nos relatos há expressões como “usando a criatividade pra fazer isso, pra não deixar ela [esposa] sozinha”, para surpreender os filhos, netos e até mesmo em um processo de luto, como foi o caso de uma das participantes.

Para Uggioni et al. (2020), o período pandêmico acaba por influenciar a escolha, aquisição e preparo de alimentos, dentro e fora de casa. Assim como, ao estimular o preparo de refeições em casa, reforça as relações familiares na cozinha. Desse modo, segundo os autores, cozinhar, além de influenciar na qualidade da alimentação, condição significativa no cuidado com as pessoas classificadas como grupo de risco para Covid-19, pode ser uma estratégia para reduzir sentimentos comuns no contexto da pandemia, como o estresse e a ansiedade.

Categoria 4 - (Re)descobrimo atividades

Quadro 4 – (Re)descobrimo atividades

Subcategorias	Estratos de relatos	F
Leitura	<p>...eu gosto de ler também, quando se fala em problema para o pessoal mais antigo, então, eu já tô ali olhando.</p> <p>Sim, eu tenho aqui a leitura, né? (...) Liturgia diária e outros livros também gosto muito de ler, então qualquer texto eu aproveito usando desses meios, né? Para completar, né? Porque tudo ajuda. Você tá às vezes com algum problema você distrai e vai ler alguma coisa, né? Ajuda bastante.</p> <p>...no início da pandemia para cá eu já li mais de 20 livros. Eu leio muito, eu leio um livro atrás do outro.</p>	5
Criação	<p>...tô tentando fazer um livro e tal, vou aproveitar... Eu toco piano, então eu voltei a ter aulas de piano e tal, voltei a tocar, voltei a fazer um curso de inglês, essas coisas que a gente vai fazendo. Continuei pintando mais...</p> <p>O meu tempo foi pra universidade, pra fazer um curso de inglês...</p> <p>Nessa pandemia eu fiz 4 colchas de fuxico, fiz umas 10 passadeiras, fiz umas 20 almofadas e eu virei uma fuxiqueira dentro de casa. E gosto... Eu tenho um bocado de amigas que traz as flores e traz os arranjos para eu montar e essa é minha terapia...</p>	8

Total		13
-------	--	----

Fonte: Dados das intervenções

A quarta categoria diz respeito ao processo de redescoberta de atividades para lidar com as repercussões da pandemia, descobrindo novas formas para continuar as atividades que foram interrompidas, como na Universidade e atividades de grupos religiosos, para expressão de sentimentos como também para lidar com o tempo livre durante o isolamento social, através da leitura e do processo de criação.

A primeira subcategoria é a leitura e, convém salientar que, esta pôde facilitar o processo de elaboração de sentimentos, retorno às atividades educacionais e religiosas. Um exemplo em que pode-se perceber tais afirmações é o seguinte relato: “A liturgia diária e outros livros também gosto muito de ler, então qualquer texto eu aproveito usando desses meios, né? Para completar, né? Porque tudo ajuda”. Já a subcategoria “criações” envolve atividades, predominantemente, artesanais. No entanto, também foi dito a respeito de produções literárias, aulas de inglês e aulas de piano.

Categoria 5 - (Re)descobrir estratégias de enfrentamento

Quadro 5 - (Re)descobrir estratégias de enfrentamento

Subcategoria	Estratos de relatos	F
Enfrentamento	<p>...ela tem aquelas mesinhas pequenas, ela distribui na casa dela a mesa dela e bota mais duas mesinhas pequenas e vai eu ou meu amigo e ela chama outra pessoa. (...) A gente fez: “Vamos almoçar à distância, a gente vai e fica ali, olhando um para o outro com 2 metros de distância”.</p> <p>Aí a gente tem uma estratégia: cada um vai pra calçada, cada um de máscara, cada um a distância, um a sua calçada e o outro na outra, e termina mesmo falando alto, mas se comunicando, passa-se um bom tempo e joga-se fora.</p>	10
Total		10

Fonte: Dados das intervenções

A última categoria compreende estratégias de enfrentamento às repercussões da pandemia. De forma predominante, foram destacadas formas e estratégias para manter contato com outras pessoas durante o isolamento social. Nesse sentido, foram

elaboradas novas formas de encontrar com vizinhos, amigos e familiares respeitando os protocolos de segurança e contenção do vírus. Um exemplo é o “almoço à distância” destacado por um dos participantes.

No entanto, convém salientar que, para um dos participantes, as estratégias que criou para lidar com as repercussões da pandemia foi descumprir, algumas vezes, o isolamento social com viagens, idas até a um bar e visitas a familiares e amigos. Como Limberger, Maia, Biagi (2021) afirmaram, cada pessoa precisou buscar formas para lidar com os sentimentos e com sua nova rotina, com seu tempo. Nesse sentido, compreende-se que, ainda que descumprindo o isolamento social, esta foi a forma que o participante encontrou para lidar com os sentimentos e com o tempo livre, como ele mesmo afirmou: “e para viver, a gente precisa dessa liberdade...”. Além disso, a música e a dança foram apontadas por outros participantes como novas estratégias durante esse período.

Destarte, convém fazer alguns apontamentos sobre o perfil dos participantes e os dados da pesquisa. Em algumas categorias, a criatividade foi um caminho para executar atividades religiosas. Nesse ínterim, foi percebido que, em conformidade com o que a literatura tem apontado, o aspecto religioso foi mencionado de forma significativa pelas mulheres. Ademais, é importante destacar que a categoria 4 foi predominantemente composta por mulheres, principalmente ao relatar o processo criativo em artesanatos, e a categoria 2 foi predominantemente composta por homens, em que 7 dos 8 participantes relataram perceber a criatividade no uso de tecnologias.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Segundo alguns dos participantes, a criatividade é “recomeçar sempre, a gente faz alguma coisa, termina àquela e volta para começar outras, é criar outras maneiras de viver a vida”. Nesse sentido, pode-se afirmar que nesta pesquisa, foi possível verificar como pessoas idosas conseguiram criar outras maneiras de viver diante de tantas repercussões e restrições na pandemia da Covid-19.

A criatividade foi um meio para (re)descobrir ambientes, tecnologias, preparo de refeições, atividades e estratégias e, com isso, iniciar e/ou retornar algumas atividades,

manter a interação social, expressar sentimentos, lidar com a nova rotina e o tempo livre e elaborar estratégias de enfrentamento. Assim, pode-se inferir que a criatividade forneceu instrumentos de transformação, readaptação e resiliência no período pandêmico.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BRITO, Tábatta Renata Pereira de; PAVARINI, Sofia Cristina Iost. The relationship between social support and functional capacity in elderly persons with cognitive alterations. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 20, n. 4, p. 677-684, 2012.

CORREA, Mariele Rodrigues; JUSTO, José Sterza. Pandemia e envelhecimento. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 20, p. 50-60, 2021.

DA MAIA, Leandro; LIMBERGER, Everton; BIAGI, Cleina Roberta. LIBERDADE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO NOVO CORONAVÍRUS. **Akrópolis-Revista de Ciências Humanas da UNIPAR**, v. 29, n. 1, 2021.

DA SILVA, Laura Barp; SCHWARZ, Patrícia Di Domenico; LORENZON, Victor Eduardo Pospieka. O DIREITO À SAÚDE X DIREITO À LIBERDADE NA PANDEMIA. **Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc São Miguel do Oeste**, v. 6, p. e27843-e27843, 2021.

DE ALENCAR, Cesar Augusto Mathias. As dores do mundo: pandemia e liberdade. **Investigação Filosófica**, v. 11, n. 2, p. 87-98, 2020.

DO AMARAL FILHO, Jair. Cultura, criatividade e desenvolvimento. **Políticas culturais em revista**, v. 2, n. 1, 2009

HENNING, Carlos Eduardo. Nem no Mesmo Barco nem nos Mesmos Mares:: gerontocídios, práticas necropolíticas de governo e discursos sobre velhices na pandemia da COVID-19. **Cadernos de Campo (São Paulo-1991)**, v. 29, n. 1, p. 150-155, 2020.

PARAHYBA, Maria Isabel; SIMÕES, Celso Cardoso da Silva. A prevalência de incapacidade funcional em idosos no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 11, p. 967-974, 2006.

UGGIONI, Paula Lazzarin et al. Habilidades culinárias em tempos de pandemia pela Covid-19. **Revista de Nutrição**, v. 33, 2020.

VASCONCELOS, A. M. N.; GOMES, M. M. F.. Transição demográfica: a experiência brasileira. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 21, n. 4, p. 539-548, 2012.

VERAS, Renato. Fórum. Envelhecimento populacional e as informações de saúde do PNAD: demandas e desafios contemporâneos. Introdução. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 10, p. 2463-2466, 2007.

ZAVARIZE, Sergio Fernando; WECHSLER, Solange Muglia. Perfil criativo e qualidade de vida: implicações em adultos e idosos com dor lombar crônica. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 15, p. 403-414, 2012.