

A psicologia e o idoso: a participação de acadêmicos de psicologia no Programa Vida Ativa, em Petrolina-PE

Caroline Gonçalves Soares¹
Eddie Nara Dantas Passos Rosa²
Marcus César da Silva Leandro³
Silviane Bruno⁴
Elzenita Falcão de Abreu⁵
Marcelo Silva de Souza Ribeiro⁶

¹Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: carolinegoncalvessoares@gmail.com.

²Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: eddie-nara@hotmail.com.br.

³Acadêmico do curso de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: marcuscesarleandro@hotmail.com.

⁴Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: silvianebruno@hotmail.com.

⁵Professora Adjunta do Colegiado de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: elzenita.abreu@univasf.edu.br.

RESUMO

Trata-se de um relato de experiências vivenciadas, no período de fevereiro a novembro de 2015, no Programa Vida Ativa (PVA), promovido pelo Colegiado do Curso de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco – UNIVASF, situada na cidade de Petrolina-PE. O objetivo do presente estudo consiste em apresentar o desenvolvimento das atividades psicossociais, realizadas por 14 estudantes do curso de Psicologia, orientados por dois professores deste Colegiado, no PVA, bem como descrever as contribuições dessas ações à formação profissional dos alunos envolvidos. Os procedimentos metodológicos foram desenvolvidos através de atividades que são oferecidas aos idosos com o intuito de instaurar uma cultura de cuidado e promoção de saúde, reforçando práticas e hábitos diários que promovam a autonomia dos mesmos. Considera-se que a participação no Programa é importante para a aquisição de experiência no campo prático e que proporciona a oportunidade para reflexões a respeito da possibilidade do processo de envelhecimento humano saudável.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividades psicossociais; Extensão.

Psychology and elderly people: academics from the psychology course participating in the Active Living Program in Petrolina-PE

ABSTRACT

This article is a report about experiences lived, from February to November 2015, in the Programa Vida Ativa (PVA) project, which is promoted by the Physical Education course at the Federal University of São Francisco Valley (UNIVASF), located in Petrolina-PE (Brazil). The study aims to present the psychosocial activities, which were conducted by 14 psychology students and oriented by two professors, developed in the PVA project, as well as describing the contribution of these activities to the professional improvement of the students involved. The methodological procedures have been developed from the activities which have been offered to elderly people intending to establish a culture of health care and promotion, reinforcing practices and daily habits which promote their autonomy. Participation in the Program is con-

sidered important for the acquisition of experience in the practical field and provides the opportunity for reflections on the possibility of the healthy human aging process.

Keywords: Aging; Psychosocial activities; Extension.

INTRODUÇÃO

Uma das características da atual sociedade pós-moderna consiste no aumento da população idosa. Tal fato advém do aumento da expectativa média de vida e da redução da taxa de natalidade (MOREIRA, 2008). Neste sentido, é importante discutir a prática de promoção de qualidade de vida dessas pessoas para que, dessa forma, seja possível considerar esta característica uma conquista efetiva. Assim, o caso não incide em aumentar os anos de vida de uma pessoa, mas sim em conceber qualidade aos anos vividos (VERAS, 2006). Diante disso, no âmbito da saúde e educação, cresce o interesse pela discussão e promoção de temáticas intrínsecas ao envelhecimento humano, em especial de que promovam a Qualidade de Vida (QV) da população idosa.

De acordo com Nascimento et al. (2015), o constructo de uma QV incide na composição de um conjunto de variáveis de ordem física/funcional, social e psicológica. Considerações dessa ordem corroboram medidas integrativas de saúde, fundamentais para o bem-estar da pessoa idosa. Desse modo, a intervenção psicossocial na terceira idade se torna tão importante quanto a estimulação física para tentar dar conta da promoção de uma saúde integral do idoso.

Nessa perspectiva, surgem os serviços do profissional da área da Psicologia, o qual tem a preocupação de exercer práticas de cuidado voltadas para a promoção de saúde. Essas práticas são exercidas através de oficinas cujas temáticas e operacionalização promovem autonomia nos idosos, uma vez que eles se implicam diretamente nessas dinâmicas, suscitando neles um pensamento crítico sobre os temas abordados.

As atividades de psicologia feitas com os idosos têm papel fundamental para o fortalecimento de vínculos sociais, ou seja, a partir da participação dos idosos nas oficinas e discussões é possível criar um sentimento de pertença entre eles. Isso é de suma importância para a promoção de um bem-estar subjetivo positivo e, portanto, se está proporcionando qualidade de vida. Ao promover o cuidado, os estudantes de psicologia têm o papel, também, de compreender os fatores que possam afetar o bem-estar subjetivo do idoso. Deste modo, os estudantes podem propor temas que surjam como demanda própria de um determinado grupo de idosos para que, assim, eles se sintam mais entusiasmados em participarem das atividades.

Entende-se como bem-estar subjetivo uma condição psicológica em que o sujeito apresenta satisfação com a vida, presença frequente de afeto positivo por parte do meio social que a circunda, e a relativa ausência de afeto negativo. A definição exata desse construto, por sua vez, é relativa, pois este pode ser moldado por variáveis como idade, gênero, nível econômico e cultura (GIACOMONI, 2004).

O presente relato tem por objetivo apresentar as experiências adquiridas pelos estudantes em Psicologia da UNIVASF durante a realização das atividades psicossociais desenvolvida no PVA, uma ação interdisciplinar que busca a indissociabilidade entre

⁶Professor Adjunto do Colegiado de Psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). E-mail: mribeiro27@gmail.com.

Extensão, Ensino e Pesquisa. As ações do PVA são oferecidas à comunidade idosa das cidades de Petrolina-PE e Juazeiro-BA. As atividades do Programa ocorrem em conjunto com a Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI/UNIVASF), a qual tem como fim instaurar uma cultura de cuidado e atenção à saúde da comunidade idosa local, além de criar estratégias à transformação de hábitos de vida. A seguir, serão descritos os procedimentos metodológicos utilizados durante os encontros com os idosos.

METODOLOGIA

As atividades foram desenvolvidas ao longo de 10 meses. Primeiramente, foi formado um grupo de trabalho composto por 14 estudantes de Psicologia, que cursavam do 3º. ao 7º. período. Em seguida, foram programadas reuniões quinzenais para discussão dos temas e conteúdos e elaboração do material que seria utilizado em cada encontro. Paralelamente a essas reuniões aconteciam encontros com os professores orientadores, ambos do curso de Psicologia da UNIVASF, os quais tinham como proposta discutir e planejar os temas que seriam trabalhados ao longo do semestre. A partir das discussões, o grupo foi subdividido de acordo com os dias e horários disponíveis dos estudantes, o que permitiu distribuir melhor as tarefas, como a elaboração das dinâmicas e materiais mais adequados para trabalhar os conteúdos.

Posteriormente, foi identificada a necessidade de uma ação interdisciplinar, integrando os diversos cursos existentes no Programa (Educação Física, Enfermagem, Medicina, Farmácia, Administração, Artes Visuais e Ciências da Computação), após isso, deu-se um enfoque mais ampliado sobre os temas trabalhados. Dessa forma, os temas do grupo da Psicologia passaram a ser organizados de forma integrada com os demais cursos, para que todos partilhassem temas semelhantes, simultaneamente, com suas respectivas turmas.

A Figura 1 ilustra os conteúdos da Fase I, trabalhados entre fevereiro e novembro de 2015:

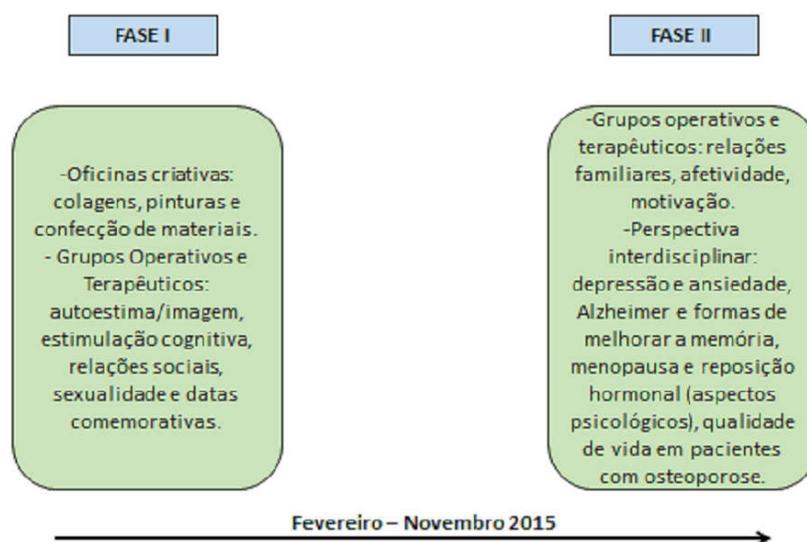


Figura 1. Procedimentos metodológicos realizados pela equipe Psicologia -PVA nas Fases I e II, Petrolina, 2015. Fonte: Arquivo equipe Psicologia-PVA.

Ressalta-se que todas as atividades desenvolvidas foram discutidas, anteriormente, no grupo de estudos, ou seja, nas reuniões quinzenais da equipe PVA-Psicologia. Outra medida adotada foi disponibilizar para a equipe todas as dinâmicas e palestras no *Dropbox*.

Fase I

A Figura 2 apresenta o primeiro ciclo de atividades desenvolvidas pela equipe de Psicologia-PVA:

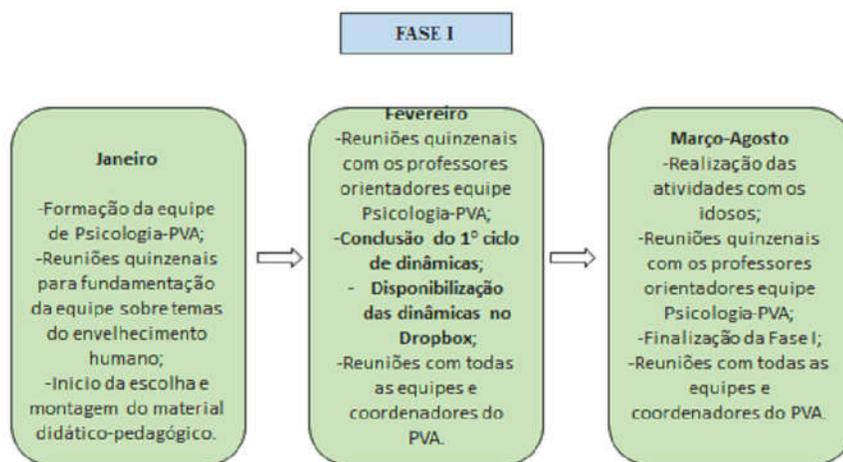


Figura 2. Cronograma de atividades da Fase I, equipe Psicologia-PVA, Petrolina, 2015. Fonte: Arquivo equipe Psicologia-PVA.

Como forma de integralização e de levantamento das demandas existentes, o grupo da Psicologia decidiu trabalhar temas cotidianos por meio de dinâmicas, onde estes deveriam ser apresentados de uma forma gradativa à medida que o entrosamento do grupo fosse aumentando. Estes encontros duravam, em média, cerca de 40 minutos. A proposta desta primeira fase era de integrar o grupo da Psicologia aos grupos de idosos no Programa, com atividades de socialização, de autoconhecimento; que trabalhassem questões pessoais dos participantes, bem como temas de suas respectivas realidades (história de vida, família, memória e papel do idoso na sociedade).

Esses temas foram trabalhados em forma de dinâmicas, e estas, por vez, eram realizadas a partir de uma abordagem mais lúdica – com jogos e exercícios referentes aos temas trabalhados ou a partir da interação do grupo – em que eles traziam os seus relatos de experiência ou as suas opiniões acerca da temática proposta.

Recursos tecnológicos como *data show*, *notebook*, caixa de som, *pen drive* e *mini system* foram utilizados como instrumentos de suporte em atividades de caráter mais expositivo. Em atividades com uma metodologia mais interativa, fez-se o uso de materiais como revistas, cola, tesoura, cartolina, caixa de sapato e de textos impressos da internet sobre estimulação cognitiva, os quais tratavam sobre processos psicológicos como memória e atenção. A Figura 3 ilustra o momento de realização da dinâmica de Natal.



Figura 3. Atividades realizadas com os idosos, equipe Psicologia-PVA, Petrolina, 2015. Fonte: Arquivo equipe Psicologia-PVA.

Os encontros aconteciam 5 vezes por semana e os graduandos em Psicologia trabalhavam com idosos de diversas modalidades físicas distintas.

Fase II

Como mostra a Figura 4, inicialmente os temas da Fase I foram mantidos, porém, outras atividades e dinâmicas foram repensadas e elaboradas, considerando a necessidade de integração dos conteúdos com os outros cursos atuantes no PVA. A partir deste momento, a equipe passou a desenvolver formas de trabalhar, em respeito à proposta da interdisciplinaridade.

Destaca-se que a primeira proposta interdisciplinar foi organizada pelos estudantes dos cursos de Medicina e Enfermagem, com temas na área da saúde. Com base nessa proposta, buscou-se pesquisar como a Psicologia poderia contribuir com a temática e estudos foram realizados visando discutir o conteúdo na perspectiva psicológica.

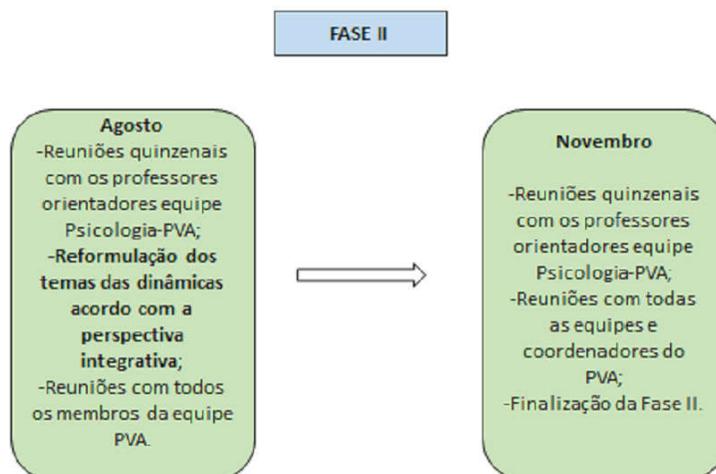


Figura 4. Cronograma de atividades da Fase II, equipe Psicologia-PVA, Petrolina, 2015. Fonte: Arquivo equipe Psicologia-PVA.

Com a nova metodologia, foi necessária a reformulação das atividades iniciais, agora pensando em trabalhar os temas conjuntamente com os demais cursos. Assim, em uma nova reunião com a equipe, foram pensadas novas formas de intervenção, trabalhando, não apenas temas introdutórios e de socialização, mas, também, os aspectos psicológicos que acometem os idosos nas diferentes patologias e nos fenômenos biológicos, estes abordados pelos estudantes dos outros cursos.

Esta nova metodologia de trabalho foi sentida por grande parte do grupo como um desafio, pois até o momento ainda não havíamos trabalhado conjuntamente com outras áreas da saúde na nossa carreira acadêmica. Porém, conseguimos entender a importância da integração, não só para nós, como alunos, mas também para os idosos, no sentido de um maior aprendizado e tendo como base a visão dos outros cursos.

Explicitação da experiência

Considerando o objetivo deste relato de apresentar as experiências vivenciadas durante o período de fevereiro a novembro de 2015, no PVA do Colegiado de Educação Física, pudemos constatar que os ganhos foram diversos, tanto na nossa formação acadêmica, quanto na nossa formação pessoal. É unânime a realização que todos os integrantes da Psicologia relatam ao descrever suas atividades durante este período, no que diz respeito à oportunidade para a articulação entre teoria e prática, proporcionado pela participação no PVA.

Neste momento, serão apresentados alguns depoimentos que retratam as experiências vivenciadas pelos alunos integrantes do grupo da Psicologia. As falas foram organizadas em categorias, de acordo com seu conteúdo e serão identificadas pelas iniciais e o período em que o discente se encontra atualmente.

Aprendizagens

Considero o PVA como uma etapa da minha vida pessoal e profissional no qual obtive diversos ganhos, nas diversas esferas. Com o contato com os idosos pude aprender coisas que nunca iria vivenciar dentro de uma sala de aula, ou nos textos. Aprendi a falar melhor em público, a programar as minhas ações e também aprendi bastante a escutá-los. Eles me ensinam mais do que eu ensino a eles, e isso pra mim já é maravilhoso. Foi um marco na minha vida. (C. S., 7º. período)

É uma experiência ímpar participar do PVA, além de me enriquecer como futura profissional, também é uma experiência única que levo para a vida. A cada oficina há uma troca de aprendizado entre nós e os idosos. Conviver com eles é um privilégio por tudo que nos têm a ensinar. Tem sido muito produtivo e gratificante para mim. (Y. S., 7º. período)

Foi uma experiência ímpar participar do PVA. Uma vez que foi possível adquirir mais conhecimentos a respeito do idoso, além de vê-los não somente pela fase de desenvolvimento (como idoso), e sim olhar para cada um respeitando suas sin-

gularidades e subjetividades e seus limites. É uma verdadeira troca de experiências, aprendemos muito com eles. E outro fator positivo é a relação multidisciplinar com os colegas dos outros cursos, ou seja, uma aprendizagem em conjunto que raramente podemos encontrar em outros âmbitos acadêmicos e que é de fundamental importância para a formação acadêmica de cada um. (L.O., 6º. período)

Participar do PVA têm sido uma experiência muito rica pra mim. Tenho aprendido bastante, tanto do ponto de vista acadêmico quanto pessoal. Ao entrar no projeto tinha muitas expectativas, mas não sabia exatamente onde elas iriam chegar. De uma forma muito particular, fui percebendo como estava sendo inserida num contexto que exigia as mais diversas habilidades, mas principalmente que me proporcionava uma experiência ímpar a respeito da dinâmica dos serviços que são típicos para a atuação do psicólogo nos contextos de saúde. Aprendi muito sobre o papel de outros profissionais de saúde, os desafios e vantagens do trabalho interdisciplinar, as habilidades e conhecimentos necessários para promover saúde de um público tão singular, respeito, ética profissional e compromisso social. Pude aperfeiçoar e adquirir muitas habilidades no programa, além de ter o prazer de conviver e conhecer mais profundamente pessoas que me ensinaram muito sobre a vida e outras coisas que não serão tratadas na sala de aula. (C.P., 6º. período)

Gratidão

Para além das questões já expostas, vejo que trabalhar com o público idoso é uma experiência rica que me faz refletir sobre meu futuro e como eu lido com o meu processo de envelhecimento. Me fez enxergar limitações e potencialidades próprias de uma forma diferenciada. Observo ainda a necessidade que os idosos têm de estarem ali e o quão importante é a relação intergeracional estabelecida. No fim das contas o sentimento que fica é o de gratidão e empenho. (J. N., 6º. período)

Capacitação profissional

Enquanto estudante de psicologia, essa experiência, até o momento, é muito importante para minha formação acadêmica como afirmei outrora. Ter esse contato com pessoas da fase de “ouro”, eu chamo-as assim, considero esta fase a mais importante, sublime e especial na vida do ser humano; fase esta que é tão especial e que traz em si uma sabedoria de vida que é algo especial. Pretendo, a partir deste projeto, poder me engajar mais em outros com esta temática, pois pretendo dar um retorno à sociedade e, principalmente, à “sociedade da fase de ouro”. (N. T., 8º. período)

Enquanto estudante de psicologia, essa experiência, até o momento, é muito importante para minha formação acadêmica como afirmei outrora. Ter esse contato com pessoas da fase de “ouro”, eu chamo-as assim, considero esta fase a mais importante, sublime e especial na vida do ser humano; fase esta que é tão especial e que traz em si uma sabedoria de vida que é algo especial. Pretendo, a partir deste projeto, poder me engajar mais em outros com esta temática, pois pretendo dar um retorno à sociedade e, principalmente, à “sociedade da fase de ouro”. (N. T., 8º. período)

Destaco o caráter interdisciplinar do projeto, o envolvimento de estagiários em uma equipe multiprofissional, na busca da saúde e bem-estar de idosos do Submédio do São Francisco; além da possibilidade de cada um dos estudantes poder participar e levar esta rica experiência para suas futuras carreiras profissionais. (D. F., 10º. período)

Fazer parte do programa foi muito importante, pois com isso vivenciei o lado da saúde da Psicologia. A gente passa muitos semestres teorizando uma vida que está lá fora da sala de aula e que vai demandar de uma sensibilidade que só no contato com a prática do dia a dia a gente pode aprender. Pude apreender, também, a trabalhar em uma equipe interdisciplinar, coisa que para a minha prática profissional seria uma boa capacitação. (E. R., 7º. período)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A inserção de estudantes de Psicologia em cenários práticos de atuação profissional é de extrema importância para uma formação abrangente desses alunos, uma vez que o ensino teórico, embora fundamental para embasar a prática, não é suficiente para dar conta, sozinho, das demandas provenientes dessa profissão. A experiência extensionista relatada nesse artigo proporcionou a aplicação de técnicas para dinâmicas de grupo que permitiram visualizar, na prática, a efetivação das intervenções. Essa vivência também contribuiu para que os alunos pudessem treinar uma escuta mais qualificada das questões que eram trazidas pelos idosos. Assim, o desenvolvimento de um olhar mais humano e empático para com esses indivíduos foi de importância ímpar para a construção profissional dos alunos.

Outra contribuição do atual programa foi a discussão com o grupo de idosos de temas contemporâneos que fazem parte do cotidiano desses sujeitos, como, por exemplo, o papel do idoso na era moderna. Com isso, foi possível instigar o pensamento crítico, não só dos alunos extensionistas, mas, também, dos idosos participantes das oficinas. Através disso é possível promover autonomia nessas pessoas, princípio fundamental das intervenções psicossociais (MACHADO, 2004 apud MIRANDA AFONSO, 2011).

É importante salientar que o trabalho realizado com pessoas idosas pode ser considerado bastante efetivo, culminando com a observação de resultados positivos, tanto para os idosos quanto para os estudantes que desenvolvem as atividades. Isso pode ser

observado através da literatura – que conta com um número significativo de “relatos de experiência”, que apresenta trabalhos realizados na área da gerontologia.

Através de um “Programa de Atividade Física Para Terceira Idade”, feito pela Universidade de Uberaba, por exemplo, os realizadores do programa, por meio do relato dos participantes, perceberam que eles notaram uma mudança na sua qualidade de vida – observando um melhoramento tanto no âmbito físico quanto social e emocional. Segundo Silva e Oliveira (2008), foi evidenciada a diminuição do quadro alérgico da artrite e osteoporose durante a execução de atividades do dia a dia; uma melhora significativa acerca do conhecimento de temas sobre saúde e, também, um aumento de interação entre os participantes, o que favoreceu as suas relações interpessoais dentro do grupo, levando-os a relatar um sentimento de bem-estar por estarem participando do programa e ter a oportunidade de interagir com os seus colegas. Estes achados são dados relevantes, pois demonstram a importância de elaborar projetos voltados para a pessoa idosa, acrescentando qualidade de vida ao envelhecimento longo.

Por fim, realça-se a relevância social do PVA para a região, já que essa população idosa não é totalmente assistida pelo sistema de saúde local em termos de ações singulares de cuidado e atenção. (NASCIMENTO et al., 2015). Este programa vem se tornando referência no que concerne ao cuidado do idoso através de uma perspectiva interdisciplinar de caráter dialético, em que estudantes de diversas áreas trabalham juntos para promover uma atenção à saúde desse público a partir de uma concepção holística de homem.

REFERÊNCIAS

- GIACOMONI, C. H. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 12, n.1, p. 43-50, 2004.
- MIRANDA A. M. L. Notas sobre sujeito e autonomia na intervenção psicossocial. **Psicologia em Revista** (Belo Horizonte), Belo Horizonte, v. 17, n. 3, p. 445-464, 2011.
- MOREIRA, V.; NOGUEIRA, F. N. N. Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade. **Psicologia USP**, v. 19, n. 1, p. 59-79, 2008.
- NASCIMENTO, M. M.; CARVALHO, E. C. R.; SOUZA, J. M. R; CORREIO, N. L. A. Programa Interdisciplinar “PAF E PAPP”: Concepções Metodológicas para a atenção e o cuidado ao idoso e a formação interdisciplinidades sobre o Envelhecimento. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 325-337, 2015.
- SILVA, S. A.; OLIVEIRA, K. H. Interdisciplinaridade, envelhecimento e atividade física: relato de experiência. **Revista Triângulo: Ensino Pesquisa e Extensão**, Uberaba-MG, v.1., n.1, p. 120-141, 2008.
- VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Revista de Saúde Pública, São Paulo**, v. 43, n. 3, p. 548-544, 2009.

COMO CITAR ESTE ARTIGO:

SOARES, Caroline Gonçalves; ROSA, Eddie Nara Dantas Passos; LEANDRO, Marcus César da Silva; BRUNO, Silviane; ABREU, Elzenita Falcão de; RIBEIRO, Marcelo Silva de Souza. A psicologia e o idoso: a participação de acadêmicos de psicologia no Programa Vida Ativa, em Petrolina-PE. **Extramuros**, Petrolina-PE, v. 4, n. 1, p. 48-57, 2016. Disponível em: <informar endereço da página eletrônica consultada>. Acesso em: informar a data do acesso.

Recebido em: 29 dez. 2015

Aceito em: 12 jun. 2016