



**PROJETO NÓS NA REDE  
MOSTRA VIRTUAL**

**Categoria: Trabalho em equipe**

**Título da Experiência: VALORIZANDO A VIDA: GRUPO DE PROMOÇÃO DE SAÚDE À IDOSOS**

**Início da Experiência: 02/2022**

Nome completo: Isabela Ana de Freitas Quero Fonseca  
Email: isabela.35508@santanadeparnaiba.sp.gov.br

Nome completo: Mariangela de Oliveira Maciel Mocsányi  
Email: mariangela.19987@santanadeparnaiba.sp.gov.br

Nome completo: Solange Rodrigues Rossone  
Email: solange.27268@santanadeparnaiba.sp.gov.br

Nome completo: Valquiria de Conto  
Email: valquiria.18391@santanadeparnaiba.sp.gov.br

Nome completo: Maria Silvia de Almeida Mello Freire  
Email: maria.42819@santanadeparnaiba.sp.gov.br

Nome completo: José Carlos Misorelli  
Email: jose.17598@santanadeparnaiba.sp.gov.br

**Resumo**

Este trabalho relata a experiência do grupo de idosos da Unidade de Saúde Avançada - “Valorizando a Vida”, que busca ofertar o cuidado, inserção social, fortalecimento de vínculos e rede de apoio e cuidado a saúde mental da população idosa, mostrando-se como um recurso potente na prevenção de agravos da saúde mental dos atendidos.





Dados demográficos recentes indicam que a população idosa é a que mais cresce no Brasil, sendo que em 10 anos, a população com mais de 60 anos passou de 11% para 14%, conforme indicado pelo IBGE. Em Santana de Parnaíba o envelhecimento da população segue a mesma tendência. Dados apontam que a população a partir de 60 anos subiu de 17.291 pessoas em 2010 para 38.207 em 2022.

Essa nova demografia muda as demandas de Saúde. Cuidar desta população é importante, pois a falta de atenção pode gerar sobrecarga de cuidados nas atenções especializadas da saúde. As estratégias de Promoção de Saúde Mental aos idosos para melhorar a qualidade de vida, prevenir doenças e promover um bom envelhecimento tem resultados no cuidado integral do idoso, melhorando a autonomia e o bem-estar geral desta faixa etária, se desarticulando dessa rede de cuidado. Sabe-se que trata-se de um público com muitas demandas em relação a família, aposentadoria, autonomia, dentre outras, que precisam serem vistas e cuidadas.

Os Centros de Convivência surgem há mais de 30 anos com a perspectiva de espaços comunitários que promovem a saúde mental ao utilizar o convívio social como forma de cuidado, com iniciativas que promovem a inclusão social, por meio da arte, cultura, aprendizagem, conforme prevê o Ministério da Saúde.

Ao pensarmos nas demandas do cuidado em saúde mental somos convocados a refletir sobre um sistema integrado e coordenado de diferentes pontos de atenção para pessoas em sofrimento psíquico, frequentemente, a lógica do envelhecimento acaba

O grupo Valorizando a Vida nasceu da ideia de que a atenção a idosos era primordial para desafogar outras demandas da unidade e considerar o território como um lugar de vinculação e pertencimento, buscando o cuidado à saúde mental através de um envelhecimento ativo e qualidade de vida na terceira idade. É comum idosos procurarem os profissionais com queixas relacionadas à saúde mental, principalmente; à falta de relações interpessoais que provocavam movimentos poliqueixosos, sentimento de solidão; o sentimento de vazio e pergunta “o que faço agora?” quem vem logo após a





aposentadoria; o isolamento, menosvalia; muitos sentimentos que, por vezes, são tratados como quadros depressivos.

O grupo tem o objetivo de fortalecer a rede de apoio à população idosa no território e na rede de Saúde em que são acolhidos, que geralmente busca cuidados para questões de adoecimento, visando a promoção e prevenção da saúde mental.

A proposta visa proporcionar qualidade de vida a esta população, através de momentos de convivência grupal, a fim de ampliar as trocas de experiências e favorecer ainda a vivência de um estado de bem-estar físico, mental, emocional e social dos participantes, promovendo a manutenção da capacidade funcional e da autonomia. Desta forma, o objetivo maior desta proposta foi contribuir para um envelhecimento ativo e saudável, com o empoderamento desses sujeitos, proporcionando um ambiente onde os idosos se sintam valorizados, respeitados e conectados. Torna-se um espaço de troca, de acolhimento, de cuidado; há um espaço de fala e escuta sobre o que causa sofrimento, sobre o que afeta sua saúde mental, ajudando-os na identificação de sinais e sintomas de possíveis doenças mentais, tornando possível o processo de fortalecimento da capacidade dos idosos de gerenciar melhor sua saúde, buscando os cuidados necessários.

A estratégia proposta foi de grupo aberto, onde qualquer profissional do serviço pudesse encaminhar os usuários e a frequência dependia do desejo e interação dos participantes, deste modo visava-se formar um espaço onde as pessoas pudessem se reunir, para interagir, compartilhar interesses comuns e estabelecer conexões sociais de forma inclusiva e acolhedora. O grupo também é aberto para receber idosos advindos de outros serviços, como dos Caps, por exemplo.

O grupo é conduzido por dois profissionais, sendo uma Assistente social e uma Psicóloga. As atividades possuíam o intuito de estimular o raciocínio verbal, visual e numérico, com o fortalecimento da imaginação e da criatividade, da memória curta e de longa duração, além de exercícios para as funções motoras. As atividades propostas em cada grupo são diversas, cada





qual com seu objetivo específico, no entanto, em sua maioria, são voltadas para arte: seja através de um desenho, de uma poesia, de uma peça teatral...

O grupo conta ainda com parcerias contínuas com outros profissionais, como é o caso da psiquiatria, nutrição e a geriatria, resultando em um trabalho conjunto.

## **Resultados**

O caso da Sra. R. mostra-se emblemático quando pensamos na relevância deste espaço.

A Sra. R. de 72 anos havia mudado de município em 2021 para morar próximo a uma de suas filhas -após quadro de AVC e perda de algumas habilidades como a de administrar seu dinheiro por morar junto com um filho dependente de drogas. Ao chegar em Santana de Parnaíba, estava sem rede ampliada de apoio, o que a fez deprimir muito. As medicações psiquiátricas já não eram suficientes. O psiquiatra a encaminhou para o grupo.

No início de seu processo encontrava-se poliqueixosa, desesperançosa, com sentimento de impotência, não conseguia circular pelo município sozinha. Passou a frequentar o Grupo e foi criando uma rede de amizades. Recebeu orientação sobre como tirar a carteirinha de transporte e foi acompanhada de uma amiga que fez nos encontros. Demonstrou uma melhora considerável de seus sintomas de modo que o psiquiatra conseguiu reduzir a quantidade de medicações prescritas.

Sentindo-se potente, decidiu retornar para o município que residia, porém quando retornou, sofreu abuso por parte do ex-companheiro. Retornou à Santana de Parnaíba desolada, não contou nada a sua filha, com quem a relação sempre foi instável. Conseguiu compartilhar seu sofrimento com o grupo, que prontamente acionou a rede, agendou consulta com ginecologista, ofertou suporte emocional e social.

O Grupo foi imprescindível para garantir os cuidados em saúde de forma integral desta senhora e de muitos idosos atendidos.





## **Considerações finais**

O processo de envelhecimento acarreta mudanças na vida da pessoa, em partes devido às perdas que são promovidas com o avanço da idade. Tais mudanças podem estar associadas a um sentimento de improdutividade que ocorre com a aposentadoria, ou ainda pelo próprio declínio de suas capacidades funcionais, o que compromete a sua autonomia. Junto da velhice vem um sentimento de solidão resultante das perdas pessoais promovidas na vida, seja por uma viuvez, por afastamento de filhos, ou pelo distanciamento de ambientes em que a interação social era mais recorrente.

Todas as alterações no processo de envelhecimento acabam por promover uma ruptura na percepção de identidade, em que o sujeito envelhecido não se identifica mais com o seu corpo e as suas habilidades, deixando-o deslocado.

O suporte emocional e as atividades de estímulo podem contribuir para o bem-estar dos idosos, reduzindo o isolamento social e o risco de depressão, o que por sua vez pode diminuir a busca por serviços de saúde e desempenhar papel importante na prevenção de doenças por facilitar a identificação precoce, o encaminhamento para serviços especializados e a coordenação do cuidado se necessário, contribuindo assim para uma rede de saúde mais eficiente e resiliente.

