

Projeto EnvelheSer: ampliando a rede de apoio social e aprimorando aspectos cognitivos da terceira idade

Irani Iracema de Lima Argimon*
Helena Beatriz Kochenborger Scarpato**
Bruna Holst***
Bruna Maria Gil Jung***
Camila Gabriela Tartari***
Juliana Valente Schultz***
Karen Agostini Daldon***

Resumo

O aumento da expectativa de vida evidenciado nas últimas décadas faz com que a população de idosos se torne cada vez mais significativa. Entretanto, a longevidade acarretou o compromisso de conquistar lugares de cidadania para os idosos. A opção pela institucionalização não tem sido eficiente para esses propósitos; pelo contrário, geralmente tem trazido abandono, descaso e sofrimento para pessoas que vivem nesta situação. Tendo em vista a relevância dessa questão na contemporaneidade, surgiu o interesse em trabalhar com a população idosa, buscando contribuir com a discussão sobre o tema e, assim, criar perspectivas de debate e intervenção sobre a velhice. Neste texto, relatamos uma experiência de convívio com um grupo de idosas institucionalizadas, na qual foram conquistados espaços para a expressão de sentimentos, estimulação cognitiva e para a “escuta” das perspectivas de cada pessoa envolvida no processo. Para tanto, utilizamos a observação participante, que, além de um simples olhar, supõe ações planejadas em contexto. Desse modo, visamos a uma intervenção mais crítica e justificada nas especificidades do grupo. Este trabalho permitiu compreender melhor a importância de fortalecer as

redes de apoio social para a velhice e reafirmar a necessidade de elaborar políticas destinadas à melhoria da qualidade de vida das pessoas dessa faixa etária. Assim, além da mobilização de diferentes atores sociais, constatamos a necessidade de maior integração entre as políticas de atenção, as necessidades das comunidades e os conhecimentos produzidos sobre o tema.

Palavras-chave: Terceira idade. Aspectos cognitivos. Institucionalização. Rede de apoio social.

* Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Professora dos cursos de graduação e de pós-graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Coordenadora do Grupo de Pesquisa Avaliação e Intervenção Psicológica no Ciclo Vital.

** Psicóloga, professora de graduação da Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Tutora do Programa de Educação Tutorial (PET) da Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

*** Graduandas da Faculdade de Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Bolsistas do Programa de Educação Tutorial (PET) da Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

Recebido em jun. 2006 e avaliado em out. 2007

Introdução

A pós-modernidade trouxe consigo transformações e inovações mundiais. A cada ano a ciência descobre técnicas, mecanismos, medicações e outros produtos inovadores para a melhoria da qualidade de vida do ser humano. Esse processo se dá de forma tão acelerada que muitas vezes não se percebe que os instrumentos utilizados já estão ultrapassados e que novas pesquisas já surgiram em determinada área. Os estudos não cessam. Pesquisas buscam descobrir formas para aumentar a expectativa de vida: reprodução de células, medicações mais eficazes, prevenção, enfim, meios que façam as pessoas viverem mais. Entretanto, a longevidade acarretou um compromisso para com os membros mais jovens da família, os quais ainda não parecem estar prontos para lidar com as mudanças provindas da modernidade: encontrar um lugar para os idosos em suas vidas (CORTELLETTI; CASARA; HERÉDIA, 2004).

Com o crescimento da população idosa surgem aspectos próprios da velhice que anteriormente não eram observados. Maneiras distintas de viver, de perceber o mundo e de sentir a realidade são características que mudam a cada faixa etária. Tais fenômenos, que alteram comportamentos e a organização social e psíquica, têm se mostrado um promissor campo de estudo para a psicologia.

A importância de entender o ser humano como um todo abre caminhos para que a velhice seja compreendida como mais uma faceta da instigante trajetória da vida humana. Por isso, muitas disciplinas, entre elas a psicologia, têm

se preocupado com o estudo dessa etapa da vida. Esse movimento da psicologia de aprofundamento de estudo sobre a velhice é essencial por transcender os muros da academia e evidenciar o compromisso social da ciência. Afinal, na esfera da psicologia, a melhoria das condições psíquicas da população abrange também esta faixa etária. Aprofundar o conhecimento das peculiaridades na terceira idade, promover intervenções terapêuticas e prevenir sofrimento psíquico é um dever do profissional da psicologia que já está ou que se insere atualmente no mercado de trabalho.

A partir dessa configuração, surgiu o interesse em trabalhar com a população idosa e entender um pouco mais o que acontece nesta fase do desenvolvimento humano. Assim, como graduandas de Psicologia, bolsistas do Programa de Educação Tutorial (PET) da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, elaboramos e efetivamos o projeto chamado “EnvelheSer”, focando o ser e o viver a velhice. O grupo PET, além de desenvolver pesquisas e atividades de ensino para alunos da graduação, trabalha em projetos de extensão voltados à comunidade. Dessa forma, nosso principal objetivo foi promover melhorias na rede de apoio social daquelas senhoras, produzindo um espaço para a expressão de sentimentos e “escuta”; também, fortalecer os aspectos cognitivos e seus sentidos, estimulando determinadas áreas, tal como a memória, pouco trabalhada, contribuindo, assim, para uma melhor qualidade de vida das idosas.

A instituição escolhida abriga mulheres com idades que variam entre 60 e 96

anos. Cada uma carrega consigo diferentes histórias de vida, mas o motivo pelo qual elas residem hoje na instituição é o mesmo: parece não haver mais lugar para elas na sociedade. É uma população considerada incapaz de realizar qualquer atividade “útil” à sociedade, sendo colocada numa posição de incapacidade e, por isso, não fazendo mais parte das pessoas que auxiliam para crescimento mundial e que, portanto, possuem algum valor social.

Inaptas a trabalhar de forma tradicional – dentro das expectativas e critérios de produção da sociedade contemporânea – as idosas e suas histórias são ignoradas, não se percebendo que diversos outros tipos de atuações poderiam inseri-las de forma mais digna na sociedade, trazendo contribuições enriquecedoras para toda a população. Assim, sua valorização fica restrita às dificuldades para cuidar de si próprias e à falta de condições de terem alguém sempre por perto, praticamente as obrigando a viver num lar para idosos, que se torna a única opção. Poucas ainda recebem visita de parentes e amigos, passando a maior parte do dia sentadas, sozinhas, pouco conversando e interagindo entre si.

O retrato do local é de uma instituição simples, mas em boas condições físicas; a equipe é coordenada por uma senhora de meia-idade, que mora no próprio local. Ela parece bastante envolvida com seu trabalho, que, contudo, ficava prejudicado pela grande demanda de serviço para a manutenção da casa. Por essa razão, também os funcionários foram aprendendo a atuar sempre da mesma forma, desconsiderando muitos cuidados no transcorrer da rotina. Embora observássemos as pes-

soas empenhadas em trabalhar, cuidar e ajudar em atividades que as idosas não conseguem mais realizar sozinhas, sentimos, desde o nosso primeiro encontro, carência de afeto, de terem alguém com quem dividir suas angústias e seus medos. São esses sentimentos próprios de quem sente a proximidade da morte, a qual, apesar de ser um fato imprevisível para qualquer pessoa e socialmente aceita, para a terceira idade, naturalmente, apresenta-se mais próxima, além de sofrer com as mudanças e perdas ao longo da vida.

Logo na chegada à instituição, percebemos que aquelas senhoras possuíam muitas carências, pois muitas vezes só queriam o nosso toque, a nossa presença ao seu lado, alguém para quem contar suas histórias do passado. De alguma forma, eram lembranças felizes que as mantinham firmes, visto que a sua realidade no momento não lhes trazia alegria. Além da falta de cuidado, não eram valorizadas como tendo possibilidade de crescimento e realização, ou seja, idosas eram consideradas como pessoas sem futuro, para as quais a única atividade que restaria era se sentarem nos seus sofás, rezar e esperar a morte serenamente.

Mesmo que fôssemos nos acostumando com essa realidade, assim como as pessoas que convivem no local, era preciso manter viva essa indignação em nossos corações, a qual seria um impulso para contribuirmos com mudanças neste âmbito. Assim, a cada momento tentávamos contribuir com a nossa parte, proporcionando-lhes cuidado, atenção e proteção. Constituímos uma relação na qual transmitíamos uns aos outros aquilo que tínhamos de saudável e produtivo,

para que pudéssemos melhorar, mesmo que sutilmente, nossas vidas.

Sentimos, então, que, mesmo que planejássemos atividades, o que mais lhes importaria seriam os minutos de atenção, que as faz se sentir especiais e amadas. O afeto, carinho e atenção, certamente, seriam os nossos instrumentos de trabalho mais utilizados, e o respeito e a compreensão, nossas técnicas. Motivamo-nos ainda mais para a realização do trabalho no momento em que vimos o quão importante e valorizado seria por elas. Como estudantes de psicologia, tínhamos um compromisso com aquela população, de promover espaços que pudessem ajudá-la a crescer psiquicamente. Era uma atuação que ultrapassava as grades do asilo, tendo conseqüências em todo o âmbito social.

O acesso à instituição não foi difícil, visto que uma das integrantes do grupo já tinha um contato anterior com o local, onde, como membro de um grupo de jovens religiosos, realizara um momento de descontração para as idosas. Assim, após uma observação do ambiente e conversas com a coordenadora e funcionários, explicamos como se daria o nosso trabalho junto a eles. Nosso contrato com a instituição e com as senhoras foi de que as visitas seriam feitas semanalmente, durante uma hora, pela manhã, após as idosas terem rezado o terço; a execução do projeto teria a duração de quatro meses. As atividades consistiram basicamente em conversas e dinâmicas, sempre propostas e realizadas somente com o consentimento das idosas.

O objetivo inicial foi realizar um contato mais próximo com cada uma das idosas, conversar com elas, saber de suas

histórias e proporcionar-lhes um espaço no qual pudessem trazer questões pessoais e do próprio grupo, trabalhando aspectos como comunicação, auto-estima, valorização pessoal e lazer. A nossa principal motivação foi entender a vida no envelhecimento, bem como suas dificuldades e facilidades. Além disso, consideramos necessária uma inserção dos profissionais na sociedade, promovendo ações de cidadania e ajuda ao próximo. Visamos facilitar e fortificar a rede de apoio social das idosas para que, por meio de atividades ou conversas, pudessem se sentir acolhidas, atendidas e respeitadas.

Para a realização do trabalho, utilizamos o método da observação participante, que, além de um simples olhar, supõe uma ação planejada. Ao adotarmos esta metodologia de trabalho, a nossa atitude foi sempre de “escuta” e de elucidação dos diversos aspectos das situações vivenciadas. Esta é uma metodologia alternativa, que visa a uma intervenção mais crítica e calçada na realidade concreta do grupo envolvido: as idosas do asilo (CHIZZOTTI, 2001).

A instituição

A extensão comunitária foi realizada numa casa de assistência à comunidade, financiada por uma instituição religiosa, situada num bairro próximo ao centro da cidade. Neste espaço, idosas são recebidas e convivem com outras que se encontram na mesma condição; para seu ingresso e manutenção do local, contribuem com o valor de suas aposentarias. Além disso, o asilo é mantido por doações e conta com trabalhos voluntários.

A instituição existe há 120 anos e é permeada por valores de oração, fé e ensinamentos da Igreja Católica. Em vista disso, as idosas participam de atividades tais como a missa semanal e reza do terço diariamente.

Entretanto, percebeu-se a carência de recursos e entretenimento para as moradoras, mesmo havendo atividades voluntárias com fisioterapeutas, enfermeiras, entre outros. Há poucos funcionários trabalhando nas áreas do local e uma coordenadora, que reside na instituição. Em razão da grande demanda de serviço, as funcionárias conseguem somente cuidar da higiene das senhoras e da organização do local, não tendo tempo para dar-lhes atenção e conversar com elas. Com essa falta de tempo, as idosas acabam passando os dias dormindo, assistindo à televisão ou simplesmente acomodadas nos sofás.

A estrutura física da instituição é ampla; os dormitórios são duplos, sendo percebidos a dedicação e o carinho das idosas na organização de seus espaços, mostrando-se hábeis, não inúteis, como muitas vezes são declaradas. Presentes, lembranças, fotos, tudo é guardado com muito cuidado. Em muitos momentos, elas nos mostravam seus pertences e o que haviam ganho de outros visitantes.

As pessoas que trabalham no asilo não pareciam ser especializadas, no sentido de conhecerem doenças tais como a demência de Alzheimer e a esclerose. Isso é fundamental no manejo e cuidado com o idoso, porque ele apresenta problemas de memória, os quais nem sempre estão relacionados a uma doença degenerativa, à sua própria senilidade. Assim, percebemos o despreparo das funcioná-

rias, que demonstravam impaciência e desmereciam os sentimentos e vontades das idosas.

Não há, muitas vezes, condições financeiras para que a funcionária ou a instituição possam custear uma especialização na área, ou algum tipo de acompanhamento psicológico. Isso acarreta uma carência teórica e de estrutura emocional por parte das funcionárias, que acabam lidando com as idosas de acordo com o conhecimento escasso e restrito que possuem.

Durante o período de nossas visitas, percebemos a diferença entre “prestar um serviço” e “ser um cuidador”. A maioria das pessoas que trabalha na instituição consegue somente atender às necessidades fisiológicas das senhoras, tais como banho, alimentação, medicação e manutenção da limpeza e organização da casa, porém não dispõe de tempo e paciência para entretê-las. O cuidado para com idoso vai mais além do que higienizá-lo ou alimentá-lo; é fazer tudo isso, mas com amor, carinho e dedicação. Nos momentos em que estávamos na casa presenciávamos diversas cenas de negligência das funcionárias em relação às idosas, pois muitas vezes gritavam em seus ouvidos mesmo quando não eram surdas, não respeitavam suas vontades e desejos, deixando-as muito tristes, com sentimento de inutilidade e sem vontade de viver.

Por isso, as senhoras se sentiam um objeto manipulado, visto que sua identidade e individualidade não eram valorizadas e seus sentimentos e vontades eram menosprezados. Vimos funcionárias ignorando as idosas, faltando-lhes com o respeito, uma vez que fingiam escutá-las e contrariavam o que diziam, declarando-as

como inválidas, com problemas que, na verdade, não possuíam.

Durante o mês de dezembro, percebemos um grande aumento de visitas de outros grupos em razão do Natal, que, inclusive, coincidiram com um de nossos encontros, o qual precisou ser cancelado. Na visita seguinte pudemos perceber a indignação das idosas em função do cancelamento do nosso encontro, demonstrando, portanto, que não gostavam das festas realizadas no local. Refletindo a respeito, percebemos que, assim como outras pessoas, as idosas valorizam o contato contínuo, as visitas regulares, com as quais conseguem estabelecer um vínculo com as pessoas. Encontros esporádicos, nos quais voluntários aparecem com presentes e alimentos para momentos rápidos de entrega de bens materiais e pouca atenção, não são tão valorizados. Tais demonstrações só produziram mais confiança em nosso trabalho, por estarmos realizando uma atividade de importância e necessária, por isso aceita e recebida com carinho pelas asiladas.

Como acontece com a população em geral, as senhoras gostariam de ter seu Natal comemorado no dia, não uma, duas ou até três semanas antes. Isso faz com que se sintam excluídas de uma data, no sentido de que não parecem ser importantes para comemorar com os outros no dia do Natal conforme a cultura, com uma ceia natalina. Assim, elas teriam um Natal de fato. A questão é que as comemorações feitas por parte de outras instituições e voluntários acontecem com muita antecedência e não enfatizam o sentido da festividade, centrando-se somente na entrega de presentes, balas e bombons e na atomada de fotos.

Apesar de termos consciência de que cometemos o mesmo equívoco ao realizar uma festa para a comemoração natalina antecipada, buscamos sempre trabalhar o sentido da data e seu significado na vida das idosas. Embora tenhamos deixado lembranças materiais, nosso maior objetivo com este pequeno presente foi manter viva a recordação dos bons momentos que juntas vivenciamos.

O idoso

O processo de envelhecimento gera um impacto negativo na sociedade restritiva, relacionado às atitudes e estereótipos que são associadas ao idoso, por ser visto como incompetente, por isso sendo tratado com preconceito. Tal condição muitas vezes acaba sendo acatada por eles próprios, que aceitam essa visão estereotipada como forma de inserção no espaço social que lhes é concedido. As vicissitudes das transformações da velhice não são compreendidas, mas interpretadas como fraqueza e incapacidade, comprometendo e depreciando as aptidões dos idosos.

A população idosa no Brasil vem crescendo a cada ano, trazendo consigo a consciência de que é uma questão social que deve ser objeto de reflexão em seus diversos âmbitos (ZIMERMAN, 2000). Segundo dados do IBGE (2005), a expectativa de vida dos brasileiros aumentou 9,1 anos de 1980 a 2004; atualmente, essa média é de 71,7 anos. Além disso, a taxa de mortalidade infantil diminuiu 64,5% no mesmo período. A projeção para 2050 é que a população chegue aos noventa anos, podendo tornar-se equivalente à população jovem do país.

O envelhecimento é um processo de alterações físicas, psicológicas e sociais que ocorrem em idade mais precoce ou avançada, em menor ou maior grau, as quais dependem das particularidades genéticas e do estilo de vida do idoso e podem limitá-lo em relação à sua saúde. Méa (2004) afirma que o ritmo de vida anterior do indivíduo influenciará no seu processo de envelhecimento. A maneira de cuidar a saúde e o corpo, os momentos experienciados, a educação recebida e os valores transmitidos pela família e pela cultura permearão o olhar e o manejo da velhice e as suas características.

Além de estudar e refletir sobre os aspectos relacionados à velhice, para a realização do trabalho foi necessário instrumentalizarmo-nos a respeito da mulher idosa na sociedade brasileira. Para isso, buscamos nos atualizar por meio de leituras e seminários promovidos no grupo em que trabalhamos, procurando compreender tal mudanças, seja da sociedade, seja da mulher idosa como indivíduo, única e singular. Esta vivenciou uma época na qual o sistema patriarcal e machista era predominante; assim, possui concepções e valores que condizem com uma forma antiga de estruturação da sociedade, na qual as mulheres eram reprimidas e submissas à figura masculina, fosse ao marido, fosse ao pai ou irmãos. Além disso, buscamos conhecer questões como memória e cognição, sobre as quais certamente precisaríamos ter conhecimento ao longo dos nossos encontros com as idosas.

Com o passar dos anos, o idoso torna-se mais dependente dos familiares, seja porque depois de aposentar-se passou a depender deles economicamente, seja

porque com a idade alguns recursos cognitivos se tornaram mais lentos e, em alguns casos, desenvolveram-se doenças degenerativas. Ao mesmo tempo, o idoso institucionalizado precisa de uma maior proteção das pessoas mais próximas, porque não pode mais ter o abrigo da família ou dos amigos. Isso acaba gerando carências e uma série de complicações em razão da fragilidade desta etapa do ciclo vital, juntamente com a fragilidade de sentir-se abandonado.

O idoso asilado muitas vezes não está nesta condição por vontade própria. Em muitos casos sua saúde está tão debilitada que a possibilidade de morar sozinho é um risco; em outras situações, os familiares têm dificuldades para atender de forma adequada às suas necessidades, o que os leva a internarem seu ente querido num asilo. Contudo, a experiência que vivenciamos nos mostrou que, além da condição financeira, muitas vezes os idosos acabam sendo institucionalizados pelo fato de seus familiares não encontrarem mais espaço para eles em suas vidas, tornando difícil a convivência. O idoso acaba se tornando um incômodo para sua família, e o caminho mais fácil para resolver a situação é institucionalizá-lo. As raras visitas de familiares e até mesmo discursos que escutamos das próprias senhoras, como tristes histórias de abandono e mentiras para que elas “concordassem” em morar num lar para idosos, levam-nos a essa constatação. Por diversas vezes, pudemos perceber o desejo daquelas senhoras de saírem dali, quando expressavam sua insatisfação de viver numa instituição, apesar de conformadas com a condição de “idoso asilado”, ou seja, conscientes

de que seu destino era de ali permanecer, muitas vezes por sua fraca saúde e frágil rede de apoio.

O idoso institucionalizado é um idoso como qualquer outro, com atividades de ocupação semelhantes, como conversar, realizar trabalhos manuais ou assistir a programas de televisão. Todavia, o fato de estarem institucionalizados leva, infelizmente, a uma debilitação física e mental, seja pela pouca estimulação que recebem, seja por precisarem se adaptar a uma realidade diferente. Isso implica assumir um papel que já é esperado por aqueles que já fazem parte daquela sociedade, ou seja, o de resignar-se à condição de “idoso asilado” (NASCIUTTI, 2000). E foi exatamente o que encontramos em nosso trabalho, pois as senhoras que ali residiam já pouco interagiam entre si, passando a maior parte de seu tempo sentadas, sozinhas.

A construção da rede social de apoio

A intenção de construir uma rede de apoio social não tinha como objetivo apenas a mobilização e o fornecimento de recursos, visto que a situação era de carência, mas a disseminação de uma noção de cidadania ligada à idéia de interdependência entre os membros da sociedade, para que, de fato, os idosos pudessem agir no mundo novamente. O objetivo foi repassar uma idéia de rede, que envolve relações de cooperação no sentido de contato com a diversidade, de obrigações mútuas e vínculos. Muitos indivíduos, em virtude dos processos macrossociais das sociedades modernas,

têm a sensação de que estão fora da rede social e excluídos dos processos decisórios, como é o caso das senhoras idosas do asilo. Pensamos que esse estreitamento das redes de relacionamentos sociais, em virtude de estarem morando e convivendo apenas com as senhoras que ali residem, gera esvaziamento afetivo e, conseqüentemente, enfraquecimento da cidadania. Nossa proposta era, pois, fazê-las conquistar essa noção, uma vez que as relações sociais possuem papel fundamental na construção e organização da identidade, contribuindo para um sentido maior à vida (ANDRADE; VAITSMAN, 2002).

Conforme os mesmos autores, as redes de apoio social proporcionam a noção de ajuda mútua, fortificada quando são fortes e integradas. O compartilhar de informações, o auxílio, a troca diária de experiências e a simples convivência com o outro, favorecendo a aproximação entre as idosas, podem ser um significativo fator psicossocial no aumento da autoconfiança, da auto-estima, da satisfação com a vida e da capacidade de lidar e enfrentar os problemas, favorecendo a qualidade de vida do indivíduo. A socialização entre elas já contribuiu no sentido de combater a tendência de isolamento existente, como, por exemplo, não circularem na casa, não saírem dos quartos, não visitarem os andares nos quais não dormem, fatos que constatamos ao iniciar o trabalho no asilo. O fortalecimento da rede interna auxiliou no sentido de despertar a noção de pertencimento, acolhimento, fundamental para a retomada dos laços e da sociabilidade, afastando, assim, a lembrança de rejeição por parte da família e amigos, muitas vezes real.

Além de um compromisso com as redes sociais de apoio, vislumbrávamos um trabalho que respeitasse a ética como “instância crítica e propositiva sobre o dever ser das relações humanas com vistas à nossa plena realização como seres humanos” (DOS ANJOS, 1996, p. 12), ou seja, uma proposta consciente em busca de crescimento e transformação para ambas as partes. O propósito foi elucidar as questões da realidade vivida por aquelas mulheres e de tomada de consciência no sentido de propor mudanças para a promoção da saúde. Assim, trabalharíamos a solidariedade como “união de diversos na defesa de cada um” (GUARESCHI, 1998, p.18), por entendermos o ser humano como um ser relacional, mas singular e subjetivo, cuja convivência com o outro é essencial à nossa realização como seres humanos, não como simples indivíduo.

Refletindo a respeito de todo o contexto que estávamos prestes a vivenciar, iniciamos os encontros. As visitas iniciais geraram muita expectativa e ansiedade, pois estávamos diante do novo, sem saber ao certo o que iríamos encontrar. Houve um estranhamento em relação a esse primeiro encontro, pois o desconhecido nos provocou sentimentos ambivalentes, tais como insegurança, por nunca ter trabalhado com esse público, e motivação, pelo fato de acreditarmos poder proporcionar momentos felizes para aquelas senhoras e que elas atribuíssem sentido a suas vidas. Esses sentimentos contraditórios também se referiam ao que presenciávamos no local e a dúvidas pelo fato de questionarmos as condições daquela realidade, levando-nos a refletir e a propor mudanças. Estaríamos ali para, de alguma forma, fazer

diferente e poder confortá-las e escutá-las, promovendo seu bem-estar.

O primeiro contato é sempre muito difícil, em parte porque nossos preconceitos de que o idoso é um ser humano já sem vontade, passivo, que concorda e apóia todas as nossas decisões nos despertam o instinto de cuidá-los como se fossem crianças desprotegidas, tratando-os como se nesta etapa da vida houvesse um retorno à infância. Outra dificuldade é o fato de termos um paradigma no qual o idoso é um ser resignado e que o caminho de sua vida leva em todas as direções à morte, como se ele devesse se conformar com seu destino, pois já não há nada a fazer para reverter-lo. Realmente, encontramos no asilo visitado o idoso conformado com a morte e estagnado por esse motivo, representando o idoso de nossos preconceitos, mas também o idoso que encara naturalmente o processo de finitude da vida e que, por isso, continua a viver com “garra” e força.

A angústia e a inquietação tomaram conta de nossos sentimentos. Poucas palavras, olhares atentos à televisão e um pequeno vazio entre nossos corpos caracterizaram esse primeiro contato. Foram minutos de silêncio, em que as vozes do Sítio do Pica-Pau Amarelo misturavam-se com as vozes ambivalentes de nosso interior. Queríamos interagir, porém também era preciso respeitar aquele cotidiano, não invadir seus rituais. Assim, esperávamos cada intervalo para intensificar nossa atuação e aproximarmo-nos cada vez mais daquelas senhoras, que nos miravam com simpatia e com receio diante do novo e do desconhecido. Entretanto, nos encontros seguintes nós não tínhamos mais o entu-

siasmo do primeiro, não mais a expectativa do novo e desconhecido; apenas a consciência da espera, a certeza de que lá estariam elas, aguardando-nos, querendo conversar ou simplesmente sentir alguém por perto.

A cada encontro vivenciávamos e sentíamos nas idosas dor, sentimento de abandono, traços depressivos e de ansiedade; apesar disso, buscávamos encontrar a vida existente na sua alma enfatizando práticas que lhes proporcionassem prazer e bem-estar. Queríamos demonstrar-lhes apoio emocional, oferecer-lhes nosso auxílio como uma escuta, muitas vezes simples, outras vezes complexa; permitir que houvesse uma troca, que a cada olhar entre nós e elas pudesse ser passado muito mais que respeito, mas consideração e segurança. Foi assim que, com o passar dos meses, os vínculos se tornaram cada vez mais fortes, principalmente quando elas solicitavam que ficássemos mais no local, que não fôssemos embora ou que aumentássemos os dias de visita.

Ampliando a atuação

O grupo desenvolveu atividades que promovessem interação entre as senhoras, maior atenção nas atividades diárias, estimulação da memória, capacitação dos sentidos, entre outros, sempre ligando as propostas à estimulação dos aspectos cognitivos que se tornam defasados na terceira idade. Nesta fase da vida os sentidos vão perdendo sua força inicial gradativamente (BEE, 1997). Com o intuito de estimular esse aspecto, realizamos atividades cujo objetivo era redescobrir o potencial dos cinco sentidos. Por meio da pintura, do pegar no lápis, da música, das longas

conversas, do afago nas mãos, do cafuné, do toque e das bolachas e guloseimas que levávamos para as festas de confraternização, pudemos estimular essas funções. Nosso trabalho teve a particularidade de estimular os sentidos de forma a integrar as senhoras com o grupo e entre elas mesmas, através de festas e encontros nos quais o objetivo principal foi promover a saúde, no seu âmbito maior, englobando a física (através de estímulos cognitivos e motores) e a psíquica (conversas, atividades com fotos, relatos de histórias, entre outros).

O idoso, por apresentar declínio de funções importantes de cognição, tem grande dificuldade de interação com o meio, que por vezes não aceita as suas deficiências e não o acolhe. No nosso contato com as senhoras, vivenciamos muitas situações marcantes, como a de uma delas que já se encontrava numa fase bastante avançada da demência de Alzheimer, mas, apesar da sua pouca capacidade de fala, conseguiu verbalizar, com muito esforço, a sua felicidade por estar vivenciando nossos encontros.

Elaboramos também atividades que pudessem reativar as memórias das senhoras. Em alguns encontros, mostramos imagens de personalidades, de pessoas conhecidas por elas quando eram mais jovens. Então, pedimos que, através dessas gravuras, nos contassem a que histórias do passado aquelas imagens as remetiam. Assim, estimulando-as a contar-nos as suas lembranças, tínhamos a oportunidade de entrar em contato com o seu passado e, ao mesmo tempo, de fazê-las recordar as suas lembranças, que sempre lhes trouxeram muita alegria e emoção. Percebemos que

algumas senhoras lembravam-se facilmente de todas as gravuras, ao passo que outras tinham grande dificuldade para identificá-las.

Podemos observar que na maior parte das atividades elaboradas pelo grupo houve sempre a presença de conteúdos e histórias do passado, o que, provavelmente, desperta sentimentos de saudade no idoso, justamente por ter vivenciado mais experiências do que os das outras faixas etárias. Essa saudade aparecia em forma de relatos, conversas, angústias trazidas pelas senhoras.

Nesse contexto, outra proposta com o intuito de resgatar resquícios de memória foi uma atividade na qual questionamos as idosas sobre sua vida, nomes, sobrenomes, cidade natal, casamento e filhos; para isso elas precisavam tramar as linhas do tempo, buscando lembranças e sentimentos que pudessem ser verbalizados. Aos poucos, o passado foi rompendo as barreiras do tempo e emergindo no momento presente; houve sorrisos, olhares perdidos e a história de suas vidas sendo contada, às vezes de forma desconexa, outras com grande lucidez, mas sempre carregadas de emoção e saudade.

De acordo com Papalia e Olds (2000), existem diversas explicações para o declínio da memória dos idosos. Adultos mais velhos possuem mais dificuldades que pessoas mais jovens para a codificação de novas informações, justamente para continuar a ter acesso a informações passadas. A perda da memória também pode ser derivada da deterioração do material armazenado anteriormente, gerando, conseqüentemente, uma dificuldade em sua recuperação. Os autores apontam que,

quanto mais o cérebro se deteriora, mais a memória fica comprometida.

Segundo Herédia, Corlletti e Casara (2004), o idoso institucionalizado é um indivíduo que vive uma ruptura entre o presente e o passado, ou seja, vive o presente (asilamento), mas sabe que essa situação difere da sua vida anterior. Por vezes, portanto, não percebíamos expectativas das senhoras em relação ao futuro, apenas conformação com sua condição. Em determinada ocasião, ao conversar com uma senhora, ela relatou que sua única vontade era morrer. Essas declarações, carregadas de sentimentos de frustração e tristeza, mobilizaram o grupo, que procurou resgatar o sentido de viver através das lembranças positivas de uma história colorida vivida por essas senhoras.

Trabalhar a memória, portanto, foi um dos nossos desafios. Por mais que soubéssemos que a cognição do idoso é prejudicada pelo tempo, não imaginávamos as dificuldades que iríamos enfrentar. Na realidade, gostaríamos que elas pudessem recordar tudo, ou pelo menos os nossos nomes, a cada encontro, mas infelizmente isso não foi possível sempre. Com as idosas que trabalhamos, em várias ocasiões tivemos de nos apresentar novamente ou repetir frases que havíamos pronunciado há poucos minutos. Era um sentimento de tristeza, pois chegávamos a pensar que não fazíamos diferença, já que não se lembravam de nós. Todo esse esquecimento gerava angústia tanto para elas, que se deparavam com as limitações impostas por sua condição, quanto para nós, que queríamos ser lembradas.

Em diversas situações, enquanto as “vovós” nos contavam histórias do passa-

do, elas esqueciam alguns detalhes; então, agitavam-se na tentativa de lembrar o que fora esquecido, gerando, assim, um sentimento de desconforto e tristeza quase que inconsolável. Muitas vezes, elas se desculpavam por não se lembrarem de alguma coisa, como se fossem culpadas por tal acontecimento. O sofrimento que as conseqüências da velhice geram acentua-se pela falta de conhecimento das próprias idosas sobre as transformações que ocorrem consigo mesmas nesta etapa de suas vidas.

Considerações finais

Com tantas atividades e momentos de descontração, fomos construindo um vínculo e um trabalho não só de estimulação das funções cognitivas, mas, muito mais do que isso, algo que não imaginávamos alcançar. Naqueles momentos, fomos também um pouco idosas, falamos a mesma “língua” e pudemos proporcionar àquelas mulheres qualidade de vida – mesmo que momentânea – despertando nelas alegria por estarem ali, fazendo parte daqueles momentos. O tempo foi curto, a atuação, breve, mas os resultados, imensuráveis.

Criamos um espaço para conversas e recordações, não mais o primeiro olhar, mas a certeza de uma familiaridade, de uma intimidade, construída a cada palavra, a cada toque e a cada sorriso. Com essa interação de gerações, as senhoras buscavam na nossa juventude a recordação da sua, num vai-vem nos caminhos do tempo, contrastando as diferenças, despertando sentimentos, muitas vezes verbalizados e carregados de emoções.

Finalizou-se nosso ciclo de encontros, antecedendo apenas a festa de Natal. O principal sentimento que se mantém é de que foram poucas, mas valiosas, aquelas manhãs que transformaram nossas angústias e expectativas em confiança e certezas de que fizemos, dentro de nossas limitações, o que tínhamos de melhor. Essas alimentaram nossa esperança e entusiasmo para realizar trabalhos como este. Muito embora as despedidas tragam sentimentos de tristeza e saudade, o término do trabalho também veio acompanhado de uma sensação de dever cumprido. Entre sentimentos de ansiedade, dúvida, tristeza e alegria e o desejo de continuar, muitas vezes presente, finalizamos nossos encontros.

Talvez o significado de nossa aproximação às senhoras não tenha sido igualmente importante para elas e para nós, porque é complexo avaliar o que proporcionaram os momentos que compartilhamos, bem como a importância do nosso trabalho no asilo para as residentes. O que podemos concluir são apenas impressões positivas que acreditamos ter passado para elas.

É importante salientar que talvez não tenhamos exercitado suficientemente algumas funções cognitivas das senhoras tanto quanto um profissional formado, ou algum especialista no assunto. Todavia, o fato de voltarmos toda a semana e a maioria delas se lembra de nós, algumas até do nosso nome, já era um avanço no exercício da memória. Essa memória vai além de guardar informações, compreendendo também uma diferente percepção de mundo. E foi neste âmbito que nossa intervenção obteve seu melhor resultado:

trazer os “guardados” da memória como meio de ressignificar o presente, a partir das novas formas de tratamento que elas estavam recebendo. Talvez não tenhamos desenvolvido o paladar das idosas como seria o ideal, mas compartilhamos do gosto doce da bolacha e vimos a satisfação que o momento proporcionava, o que foi de extrema importância para o grupo. Às vezes é preciso dar mais carinho do que ser teórico e didático num projeto de extensão.

A dimensão da nossa atuação abrangeu, essencialmente, uma valorização da vida, do grande “espírito vivo” que existe em cada idosa. Procuramos mostrar a elas que ainda há muito o que viver, que fazer, que produzir e significar e que podem continuar crescendo. Valorizamos a vida como um todo, essencialmente suas vidas particulares, com suas características específicas e seu modo peculiar e especial de ser. Acreditar nesse potencial de cada uma permitiu que nosso trabalho se tornasse ainda mais rico, promovendo aprendizagens entre as diferentes faixas etárias. Além disso, nossa responsabilidade como profissionais, de sermos solidários e contribuir para um enriquecimento social, foi concretizada. Certamente, muito ainda há a ser feito, mas começamos a construir desde já esse espaço mais igualitário e acolhedor.

Este trabalho permitiu uma maior conscientização sobre a importância de se promover a construção de redes de apoio social para a velhice e a necessidade desta. Nossa legislação mostra-se carente de políticas destinadas a essa faixa etária, demonstrando a escassez de atenção para os idosos. É necessário que novas leis sejam criadas para atender a essa população

com respeito e cidadania, como integrante da nossa sociedade. Estudos como este promovem uma melhor compreensão da importância de um olhar mais cuidadoso direcionado à terceira idade.

A carência de informação sobre o manejo com as idosas foi percebida ao longo do projeto e revelou a necessidade de se produzirem conhecimentos neste aspecto. É de grande importância que haja uma instrumentalização dos profissionais a respeito das características específicas da terceira idade e das formas de trabalhar com elas. Além disso, muito mais do que informação técnica, é essencial uma sensibilização para que paciência e afeto tornem-se os principais instrumentos de trabalho dos profissionais desta área. Os idosos necessitam de atenção especial, sim. Mas quem não precisa? Terem cuidado específico para os idosos não deve torná-los diferentes, pois são seres humanos que têm o mesmo direito que todos possuem de bem-estar físico e psicológico. Tal mudança de paradigma não ocorre de um dia para o outro.

Sabemos que o primeiro passo foi dado com este e outros trabalhos do gênero, porém não existe um único ponto de partida, visto que há uma interação dinâmica entre o social, o institucional e o individual. Assim, além de um envolvimento dos atores sociais – nós – é necessário que haja atitudes dentro das instituições, bem como uma melhor integração entre essas e a comunidade, e uma conscientização do próprio idoso, para que seja possível realizar mudanças nos modelos assistenciais e que a vida dos institucionalizados seja, efetivamente, melhor.

Getting older: extending the social network and improving cognitive aspects of in old age

Abstract

The increasing on life expectancy, which has been evidenced in the last decades, makes elderly the age group that rises every year. Meantime, longevity carried in a commitment to conquer citizen spaces for the elderly. The institutionalization had not been efficient on this purpose, otherwise, in most of the cases, has been brought abandon, disease and suffering for those who live in this situation. In view of relevance of this subject in the contemporaneity, the interest of working with the aged population had appeared, in order to contribute with the discussion of this theme, creating perspectives of debate and intervention about elderly. In this text, an experience of relationship with a group of institutionalized elderly women is related. We aimed to promote spaces where they could express their feelings, stimulate cognitive aspects and listening their perspectives. Therefore, we worked with the participating observation method, which suppose a planned action, beyond a simple watch. We also proposed a critical intervention based on the group reality. This study had proportioned a better comprehension of the importance on fortifying the elderly social network and to confirm the lack of politics designated to this age group, showing the shortage of attention provided to the institutionalized ones. Thus, besides an involvement of the social actors, is also necessary a better integration between attention policy, community needs and

the knowledge about this subject.

Key words: Old age. Cognitive aspects. Institutionalization. Social network.

Referências

- ANDRADE, G. R. B. de; VAITSMAN J. Apoio social e redes: conectando solidariedade e saúde. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro.
- BEE, H. *O ciclo vital*. Porto Alegre: Artmed, 1997.
- CHIZZOTTI, A. *Pesquisa em ciências humanas e sociais*. 5. ed. São Paulo: Cortez, 2001.
- CORTELLETTI, I. A.; CASARA, M. B.; HERÉDIA, V. B. M. *O idoso asilado: um estudo gerontológico*. Porto Alegre : Edipucrs, 2004.
- DOS ANJOS, M. F.; LIMA, J. R. *Ética e direito: um diálogo*. Aparecida: Santuário, 1996.
- GUARESCHI, P. Ética, justiça e direitos humanos. In: COIMBRA, C. M. B. (Coord.). *Psicologia, ética e direitos humanos*. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 1998.
- IBGE. Censo 2005. Disponível em: <<http://www1.ibge.gov.br/censo>>. Acesso em: 5 jan. 2006.
- MÉA, C. P. D. Sexualidade na terceira idade. In: BOTH, A. et al. (Org.). *Os mais velhos... em novos tempos*. Passo Fundo: Berthier, 2004.
- NASCIUTTI, J. C. R. A instituição como via de acesso à comunidade. In: CAMPOS, R. H. de F. (Org.). *Psicologia social comunitária: da solidariedade à autonomia*. Petrópolis: Vozes, 2000.
- PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W. *Desenvolvimento humano*. 7. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- ZIMERMAN, G. I. *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

Endereço

Irani Iracema de Lima Argimon
Pontifícia Universidade Católica do Rio
Grande do Sul
Pós-Graduação em Psicologia, Faculdade
de Psicologia
Av. Ipiranga, 6681, prédio 11, 9º andar,
sala 925
CEP 90619-900
Porto Alegre - RS
E-mail: argimoni@puccrs.br