

**GRUPO DE CONVIVÊNCIA NA MELHOR IDADE DA FSG – IMPORTÂNCIA E
RELEVÂNCIA SOCIAL**

Renata Parisotto^a, Vitória Rodrigues Stelmach Pedó^a, Taís Pan Zamboni^b, Ana Cláudia Baratieri Zampieri^a, Lidiane Barazzetti^{b*}

a) Curso de Psicologia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

b) Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

***Lidiane Barazzetti**

Lidiane Barazzetti, Rua Os Dezoito do Forte, 2366. Caxias do Sul
– RS.
CEP: 95020-472.

lidiane.barazzetti@fsg.edu.br

Palavras-chave:

Grupo de Convivência. Idosos. Importância Social.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: Conforme o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA, 2021), o envelhecimento populacional já é uma realidade no Brasil. Pesquisas mostram que o número de brasileiros com mais de 65 anos era de 1,6 milhão em 1950. Em 2020, esse número passou para 9,2 milhões e deve alcançar 61,5 milhões em 2100 (ALVES, 2020). Foi no mesmo ano que a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu o período de 2021 a 2030 como a década do envelhecimento saudável. A iniciativa global reúne os esforços em diversas frentes, a fim de melhorar a vida de pessoas idosas, das suas famílias e das suas comunidades. Mesmo que as políticas públicas voltadas a quem tem mais de sessenta anos estejam avançando, sabemos que não são praticadas em sua plenitude no país. Além disso, o preconceito com essa população é um dos empecilhos para a vida plena e ativa na terceira idade (DALMOLIN, 2011). A segregação social também é comumente vivida pelos idosos, especialmente após suas aposentadorias, momento em que os vínculos de amizade diminuem ou se perdem. Tendo em vista esse contexto e o trabalho realizado pelo Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG) há 20 anos, através de atividades de promoção de saúde, bem-estar psicossocial, espiritual, cognitivo e físico com mulheres com mais de 60 anos, o objetivo deste trabalho, é investigar a importância social dos grupos de convivência voltados especificamente para este público. **MATERIAL E MÉTODOS:** Para a concretização deste trabalho foram utilizados como métodos de estudos didáticos artigos científicos, livros, vídeos e informações oferecidas por profissionais da área acerca da importância de grupos de convivência para idosos. Para

que o objetivo proposto fosse alcançado, foi realizada uma revisão da literatura de natureza qualitativa que embasam os principais conceitos da área, com auxílio de palavras-chave, sem restrição de datas, em bases de dados brasileiras como Periódicos Eletrônicos Pepsic, Scielo Brasil, entre outras. Para realizar a busca pelos artigos, foram selecionadas palavras chaves que contemplassem o tema: Grupo de Convivência. Idosos. Terceira Idade. Importância Social. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** O envelhecimento é um processo biológico inevitável, que altera as capacidades fisiológicas dos indivíduos, podendo associar-se a algumas doenças crônicas (FREITAS e PY, 2017). Por isso, de maneira geral, WICHMANN (2013) refere que, os idosos procuram em grupos de convivência a melhoria física e mental por meio de exercícios físicos. No entanto, depois, as necessidades aumentam, e outras atividades ocupacionais e lúdicas que estimulam a autonomia, a independência e a capacidade funcional ganham espaço. Como envelhecimento, além das dificuldades físicas, chegam também uma série de mudanças psicológicas, que podem acarretar na falta de motivação para planejar o futuro e na necessidade de trabalhar o luto pelas perdas dessa fase (FREITAS; PY, 2017) Assim, os grupos de convivência para idosos surgem como uma opção para o envelhecimento saudável, já que por meio dos encontros, os participantes podem interagir e expor dificuldades (LEITE, 2012). Além disso, a convivência com os pares pode afastar o idoso do isolamento social e da solidão, promovendo a integração, o resgate da autoestima, dos valores pessoais, melhorando o relacionamento com a família e reforçando a ideia de suporte social (BENEDETTI, 2012). Almeida et al. (2010), acrescenta que os grupos de convivência estimulam os sujeitos a adquirirem autonomia, melhoram a autoestima, qualidade de vida, senso de humor e promovem a inclusão social. De acordo com pesquisa realizada pelos autores, os idosos que participaram de grupos de convivência apresentam melhora no domínio mental e físico, e relaram melhor estado geral de saúde e capacidade funcional comparados aos idosos que não participavam de grupos de convivência (ALMEIDA et al., 2010). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os grupos de convivência para idosos são de grande valia social, pois atuam como instrumento de inserção social. No que concerne às pessoas idosas, os encontros grupais têm importância significativa no sentido de promover a reconstrução de sua identidade, que pode estar comprometida, e propiciar o resgate de vínculos com familiares (ZIMERMAN, 2000). Com isso, as ações realizadas nos grupos de convivência são relevantes e instrumentalizadoras de mudanças do estilo de vida, além de ser possível produzir ações de promoção à saúde a um contingente populacional que necessita de acompanhamento constante e promover a inclusão social dos mesmos.

REFERÊNCIAS

ALVES, José Eustáquio Diniz. Envelhecimento populacional continua e não há perigo de um geronticídio. Laboratório de Demografia e Estudos Populacionais, UFJF. 2020.

BENEDETTI, Tânia Rosane Bertoldo; MAZO, Giovana Zarpellon; BORGES, Lucélia Justino. Condições de saúde e nível de atividade física em idosos participantes e não participantes de grupos de convivência de Florianópolis. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, p. 2087-2093, 2012.

DALMOLIN, Indiara Sartori et al. A importância dos grupos de convivência como instrumento para a inserção social de idosos. *Revista Contexto & Saúde*, v. 11, n. 20, p. 595-598, 2011.

LEITE, Marinês Tambara et al. Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 15, p. 481-492, 2012. Organização Pan-Americana da Saúde. (2020). *Década do Envelhecimento Saudável nas Américas (2021-2030)*. Brasília, Distrito Federal, Brasil. <https://www.paho.org/pt/decada-do-envelhecimento-saudavel-nas-americas>

WICHMANN, Francisca Maria Assmann et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 16, p. 821-832, 2013.

ZIMERMAN, David E. **Fundamentos básicos das grupoterapias**. Artmed Editora, 2009.