

## **A importância da comunicação com os idosos institucionalizados: Relato de Experiência**

SIEXBRASIL: 17767

Área temática

Área temática principal: Saúde

Área temática secundária: Promoção de saúde e qualidade de vida

Linha programática: Educação em saúde

Autoria:

Luciana Fonseca de Moura, aluna bolsista

Hozana Reis Passos, aluna voluntária

Anadias Trajano Camargos, coordenadora, Mestre e Docente

Instituição

Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

Departamento de Enfermagem Aplicada da UFMG.

Projeto de Extensão “Atividades Educativas e Assistências com Idosos de Instituição de Longa Permanência”

Palavra-chave: comunicação

Introdução e Objetivos

O presente artigo versa sobre as atividades educativas realizadas com pessoas idosas institucionalizadas destacando a comunicação como estratégia para o estabelecimento das relações interpessoais. Para desenvolvermos as atividades adotou-se como recursos didáticos exercícios práticos de dinâmicas de grupo e de relações humanas com a finalidade de contribuir com as idosas para que interajam solidariamente e adquiram confiança mútua e possam criar um ambiente de sinceridade e amizade, pôde-se dessa forma realizar os encontros de forma descontraído e mais eficaz que estimularam a interiorização pessoal que levaram às mesmas a reconhecerem suas limitações, suas deficiências, seus hábitos e inclinações negativas.

O desejo das autoras em realizar as ações educativas foi motivado pela observação não sistematizada sobre a existência de problemas de comunicação entre as idosas. Sabe-se que a comunicação é essencial para a sobrevivência do homem, em especial para o idoso, para que mantenham suas relações sociais e possam minimizar a carência afetiva e emocional. Pois a comunicação é de fundamental importância para se aprender a lidar com as pessoas em qualquer situação.

Por esse motivo, propomos a sensibilização através de oficinas visando à interação umas com as outras, através da metodologia participativa.

Sabe-se que a população idosa no Brasil tem mostrado um crescente aumento, com estimativas que indicam uma elevação desses índices para as próximas décadas. Em contraposição, percebe-se que a nossa sociedade confunde a imagem do envelhecer e da

velhice, caracterizando a terceira idade como uma fase da vida em declínio, tanto humano quanto social. Pinto (1993) coloca que *“para muitas pessoas, a velhice começa a ser percebida como uma fase dolorosa da vida, sem perspectivas, marcada pela presença de doenças e perdas. Perda do trabalho, da família, da posição social...”*.

O impacto causado pelo envelhecimento em nosso país tem alterado os hábitos e o cotidiano do idoso na sociedade, principalmente nas questões relacionadas à convivência em instituições asilares. Percebe-se que muitos idosos vivem juntos, comem juntos, mas não se comunicam e deixam serem avaliadas as condições e o potencial dos idosos pelas pessoas que cuidam dos mesmos. Nesse sentido, Ayala (1979) coloca que *“... Vive-se em conjunto, come-se e trabalha-se em conjunto, mas as pessoas não se comunicam, e as almas mantêm-se emparedadas em sua imensa solidão. O homem é um ser social e necessita comunicar-se”*.

Ressaltamos que a comunicação é essencial para a sobrevivência do homem, em especial para o idoso, para que mantenha suas relações sociais, evitando assim a carência afetiva e emocional. O idoso por meio de uma vida ativa baseada na comunicação e no entretenimento pode evitar essa carência afetiva e emocional. A diminuição das atividades pode ser considerada como uma das maiores perdas do idoso, pois a falta dessas leva ao aparecimento de doenças físicas e mentais, autodesvalorização, declínio da auto-estima, desmotivação, solidão e isolamento social. Quando falamos de perdas se inclui, em especial, a perda biológica que acomete o indivíduo à medida que se envelhece, sem levar em conta os hábitos alimentares, condições de moradia, emprego, saúde, situação econômica, que normalmente interferem na qualidade de vida e pode acarretar danos incorrigíveis. Vale ressaltar que as pessoas idosas têm uma grande dificuldade em relacionar-se com as outras e com o ambiente, e isto pode ser atribuído às alterações decorrentes do próprio processo de envelhecimento e agravado por fatores como a inatividade e a depressão. No idoso institucionalizado, esse quadro é ainda mais grave, devido à ausência da família e pelo fato de se encontrarem num ambiente totalmente desconhecido que pode favorecer o isolamento social.

Nesse sentido, Assis (1999) coloca que *“a dificuldade do convívio social dos idosos quer na família ou na Instituição Asilar, pode ser consequência das alterações fisiológicas e fisiopatológicas decorrentes do envelhecimento”*. No entanto, a pessoa envolvida com os idosos, quer seja cuidadores, enfermeiros, médicos, fisioterapeuta, ou outros profissionais, devem, motivar os mesmos através de atividades educativas no sentido de que estes se mostrem mais ativos, excluindo os fatores agravantes das alterações do próprio processo de envelhecimento, como a inatividade e depressão. Além disso, deve-se lembrar que, uma forma de evitar esses fatores agravantes é por meio da participação do idoso na comunidade, sendo a comunicação imprescindível para tal. A pessoa idosa necessita ser motivada para que possa melhorar sua convivência na comunidade, para isso, o papel do animador é de fundamental importância, pois ele influencia a disposição do idoso para realizar as atividades ou não. A desmotivação pode afetar de forma marcante os resultados do trabalho se os participantes e os animadores não estiverem motivados ou com disposição para realizar as atividades propostas através de planejamento. (ANTUNES, 1996).

Destacamos que os valores e a motivação variam de pessoa a pessoa e por esses motivos deve-se organizar as atividades de modo que as mesmas venham atender às expectativas individuais de cada participante. Pois a comunicação humana envolve uma interdependência física e cada qual precisa do outro para a própria existência. (BERLO, 1985).

Sabe-se que a comunicação é um instrumento fundamental para a convivência do ser humano seja ele idoso ou não. Entretanto, para que a comunicação se torne efetiva precisa-se de habilidade, sensibilidade, atenção, paciência, interesse e amor, para se perceber e entender a necessidade de se comunicar principalmente com pessoa idosa. Para enriquecer nosso relato, buscamos a interlocução com autores que nos dão subsídios para essa discussão.

Silva (1996) ressalta que *"comunicar com qualidade passa pela compreensão do que queremos trocar com as pessoas, o que queremos colocar em comum, qual a nossa capacidade de estar trocando com o outro, qual o nível de troca..."*. De acordo com esses argumentos, entendemos que é impossível uma pessoa viver com alguém, comer com alguém, assentar-se junto de alguém e não se comunicarem.

Cianciarullo (1996), corroborando com a idéia do autor acima acrescenta que *"a comunicação como processo colabora com a qualidade dos relacionamentos que deverão ser estabelecidos nas relações de trabalho..."*.

Já Stefanelli (1993) e Silva (1996) chamam atenção para os tipos de comunicação, como a comunicação não verbal que ocorre através de expressões faciais, dos movimentos das mãos, braços, cabeças, sinais, mímicas, símbolos, gestos, sinais como os olhos e a comunicação verbal. Esta é a mais utilizada, pois através dela, podemos nos orientar sobre as atividades a serem desempenhadas pelas pessoas idosas. Além de se tratar de uma forma rápida de transmitir e receber informações, pode levar o grupo a trabalhar cooperativamente.

Na visão dos autores a comunicação é importante e facilita a interação entre as pessoas e em especial aos idosos que vivem na mesma instituição e não se conhecem.

Ressaltamos que na Casa do Ancião residem deficientes visuais e auditivos e não há profissionais especializados para lidar com eles, ficando a cargo dos cuidadores encontrarem a melhor forma de se interagirem com os mesmos. Nesse sentido, Kron e Gray (1994) acrescentam que, *"a comunicação é uma troca de idéias e informações. Ela é mais do que apenas dizer palavras. Ela entra em todas as facetas de nossas atividades cotidianas e relações pessoais..."*

Alguns dos fatos observados com os idosos na Casa do Ancião nos inquietaram, levando-nos ao interesse de desenvolver atividades educativas utilizando dinâmicas que abordassem a comunicação, visando facilitar o diálogo e um melhor entrosamento entre os moradores dessa instituição, e entre esses e os profissionais da casa. Inicialmente, observamos que os moradores do asilo não se comunicavam entre si, com algumas exceções. Muitas vezes, permaneciam assentados uns ao lado dos outros, horas e horas sem conversarem. Observamos também que muitos dos idosos encaminhados a essa Instituição são portadores de depressão, têm deficiência auditiva, visual, motora e alguns são dementes, e por exigir muito dos cuidadores e demais profissionais, não são às vezes lhes dado a devida atenção, conseqüentemente, a comunicação com esta população em especial fica comprometida, por não se estabelece um relacionamento saudável.

É nesta perspectiva que, tentando contribuir com esses idosos, propomos motivar os mesmos a exercitar a comunicação como uma estratégia para interação social e para melhoria da qualidade de vida. A partir dessa compreensão, definiu-se como objetivos do nosso trabalho: Sensibilizar os idosos sobre a importância da comunicação para o fortalecimento do convívio social; Estimular a sua participação nas ações educativas, visando à prevenção de doenças e a promoção à saúde para melhorar a qualidade de vida; Trabalhar com metodologias participativas; Criar estratégias que estimulem a capacidade criativa do idoso, o convívio social e o trabalho coletivo;

Ressaltamos que este artigo tem a finalidade de relatar a experiência vivenciada com os idosos utilizando a comunicação para garantir a interação entre os mesmos.

## Metodologia

O cenário de nosso estudo foi uma Instituição de Longa Permanência, Casa do Ancião-Cidade Ozanan, onde desenvolvemos o Projeto de Extensão "Atividades Educativas e Assistências com Idosos de Instituição de Longa Permanência" o qual é vinculado ao Programa da Terceira Idade da UFMG. Na Casa do Ancião residem 96 idosos, sendo 84 do sexo feminino e 12 do

sexo masculino. A população que participou das atividades se constituiu por um grupo de 17 idosos com idade entre 60 a 85 anos, que atenderam ao nosso convite, espontaneamente.

A experiência destacou a importância da comunicação realizada com os idosos da Casa do Ancião. A realização das atividades teve duração de cinco (05) meses e para isso utilizamos a observação não sistematizada para levantarmos as necessidades dos idosos, posteriormente, elaborarmos o planejamento e implementamos as ações educativas. Dentro das estratégias de sistematização dessas atividades, registramos algumas falas que consideramos significativas para a avaliação do processo que nos propomos a construir em que os participantes vivenciam as atividades de cunho coletivo em diferentes momentos.

Antes de iniciarmos as atividades com os idosos procuramos averiguar o desejo de cada um em participar das dinâmicas cujo enfoque era a comunicação verbal, pois através dela, pode-se desenvolver as atividades mais eficazmente com as pessoas idosas que não têm limitação para tal. Além de se tratar de uma forma rápida de transmitir e receber informações, pode levar o grupo a trabalhar cooperativamente. Quanto à comunicação não verbal utilizamos símbolos, desenhos e jogos para que os deficientes auditivos que participavam das atividades conseguissem acompanhar toda programação visando melhorar assim as condições existenciais no ambiente em que vivem e para interagirem uns com os outros.

Para validar o programa proposto, escolhemos como nosso objeto de estudo a realização de três (03) oficinas.

À primeira oficina demos o nome de “Cantinho da Saúde”. Nesta procuramos abordar os cuidados com os cabelos, com as unhas e a pele, onde as idosas tiveram a oportunidade de discutirem sobre o autocuidado e de exercitar o relacionamento interpessoal. Um aluno desenvolveu o papel de animador explicando-lhes a atividade e chamando a atenção para a importância da auto-imagem, valorizando a beleza feminina. As idosas participantes se distribuíram em três grupos, de acordo com o desejo de cada uma, depois foi feito um rodízio para que todas pudessem ter acesso a todas as atividades. Em cada uma delas procuramos falar sobre as alterações que o envelhecimento traz para corpo e o cuidado que devemos ter com o mesmo.

Para desenvolver a segunda oficina, utilizamos atividades relacionadas a jogos, entre eles os bingos e jogos de bola. Com essa atividade buscou-se incentivar as idosas a interagirem entre si e com o meio ambiente. Os bingos foram intitulados como bingos da saúde. Eram realizadas perguntas sobre o cuidado com o corpo e as que acertavam as respostas recebiam uma prenda para que se mantivessem estimuladas para participar das atividades até que concluíssemos os nossos trabalhos.

Os animadores organizaram a terceira oficina com a introdução de trabalhos manuais de fácil execução, como: pinturas, trabalhos com massa de modelar, flor de sabonete, colagens. Visávamos com estas atividades que as idosas adquirissem habilidades no intuito de ocuparem o tempo realizando atividades dessa natureza em seu cotidiano, a fim de tornarem seus dias mais agradáveis e úteis. Acreditamos que estaríamos, com estas atividades, estimulando as funções cognitivas e mentais, e conseqüentemente, evitando as doenças desencadeadas pela ociosidade. Introduzimos ainda, as práticas de exercícios respiratórios, alongamentos e caminhadas, com o objetivo de estimular a expansão respiratória e facilitar o retorno venoso. Para todas essas atividades procurávamos explicar a finalidade das mesmas e como desenvolvê-las cotidianamente.

As oficinas tinham caráter educativo e serviam também para que exercitássemos o relacionamento interpessoal e com isso adquiríssemos um maior conhecimento das pessoas com as quais estávamos trabalhando, e assim se mostrassem estimuladas a mudar de atitude. Já foi possível observar algumas mudanças de atitudes nas idosas participantes que aceitaram as orientações sobre as práticas de cuidado com a saúde e com o corpo.

## Resultados e Discussão

Os resultados obtidos evidenciaram que as atividades desenvolvidas foram relevantes e ao mesmo tempo surpreendentes. A maioria das respostas dadas pelas participantes afirmou que as oficinas serviram para ajudá-las de forma prática e simples. Como exemplo, resgatamos algumas falas das idosas:

*“Os encontros falam sobre o organismo da gente. Sobre coisas que devemos fazer para ter saúde” (Rosinha).*

*“... aprendi a dar valor a minha saúde, de me cuidar” (Cravina).*

As duas participantes valorizaram as atividades alegando que aprenderam algo que não sabiam.

Outra participante coloca que *“os momentos que passamos aqui me fazem muito bem, passo horas feliz, entretido, me esqueço dos problemas” (Margarida).*

*“Passei a me aceitar mais e aceitar melhor os outros” (Flor de Liz).*

As falas das idosas deixam transparecer com clareza o sentimento de que as oficinas trouxeram para suas vidas, resultados bastante relevantes no que tange as relações interpessoais no cotidiano. Outras falas:

*“Passei a me sentir bem com todas minhas companheiras e todas se tornaram minhas amigas...”*

*“Ajudou-me a viver com mais coleguismo”.*

Fundamentando as colocações Kron e Gray (1994) afirmam que *“a comunicação penetra em todas as facetas de nossas atividades cotidianas e relações pessoais”*. Como se pode observar nas falas das participantes, as atividades desenvolvidas por nós com a participação das 17 idosas trouxeram a elas mudanças de atitudes, principalmente porque sentiram a necessidade de interagir umas com as outras, sendo que sequer conversavam anteriormente, apesar de morarem no mesmo local. Para respaldar estas falas buscamos novamente Ayala (1979) que acrescenta uma questão relevante para o cotidiano do ser humano dizendo que *“... Vive-se em conjunto, come-se e trabalha-se em conjunto, mas as pessoas não se comunicam, e as almas mantêm-se emparedadas em sua imensa solidão. O homem é um ser social e necessita comunicar-se”*.

A partir dessa experiência e das mudanças de atitude presenciadas, consideramos imprescindível o estabelecimento de uma comunicação verbal e corporal entre esses indivíduos. Segundo Stefanelli (1993) *“a comunicação permeia toda a ação do ser humano, possibilitando a interação, o compartilhamento com as idéias e anseios para minimizar o sofrimento e a necessidade de ajuda”*.

Acreditamos que o problema de comunicação detectado junto às idosas no início do nosso trabalho, foi em parte minimizado com as atividades desenvolvidas que facilitou o diálogo entre as mesmas. Partindo da premissa de que o homem precisa compreender a comunicação como um fator primordial para a convivência social no dia-a-dia, ainda nos deparamos com o despreparo da sociedade e dos profissionais de saúde em lidar com os idosos e este fato consideramos um agravante no mundo capitalista.

Avaliamos que as três (03) oficinas realizadas com as idosas serviram para melhorar o contato humano, a necessidade de olhar olho no olho, promover rodas de conversas para trocas de experiências, como vem acontecendo atualmente com os idosos moradores da instituição onde desenvolvemos nosso projeto.

Ao pensarmos a comunicação, devemos lembrar que ela é um processo pelo qual as pessoas tentam expressar o que pensam e o que sentem para os outros, como também receber reciprocamente. Nesse sentido, é importante sabermos ouvir e escutar para sermos ouvidos e escutados por alguém.

## Conclusões

Há uma concordância de vários autores quando afirmam que a comunicação é de fundamental importância para dinamizar as relações entre as pessoas e em especial entre os idosos nos grupos de convivência em instituição asilar. Como já nos referimos, as atividades realizadas durante as oficinas, visaram facilitar a interação entre os idosos e minimizar o isolamento social que acaba prejudicando a melhoria na qualidade de vida dos mesmos.

Os resultados apontam que houve mudanças na convivência das idosas, sendo que antes, elas não se conheciam e nem conversavam. Como exemplo, relatamos a fala de uma das idosas "*Passei a me sentir bem com todas minhas companheiras e todas se tornaram minhas amigas...*" Assim, concluímos que o nosso trabalho repercutiu em mudanças de paradigma, entendendo que o fortalecimento da comunicação é um processo educativo que demanda grandes esforços dos cuidadores, demais profissionais, da família do idoso e dos envolvidos no Projeto de Extensão "Atividades Educativas e Assistências com Idosos de Instituição de Longa Permanência".

Essa mudança é um processo que demanda grande esforço tanto dos idosos como da equipe que desenvolve o projeto. Refletindo sobre o impacto que nossas atividades causaram nas relações pessoais, as atividades que envolveram as ações de promoção à saúde devem ser repetidas, visando conscientizar os idosos da necessidade e da importância de uma boa relação interpessoal, bem como abranger um maior número de idosos nas atividades desse cunho.

Procuramos reafirmar que o idoso necessita de um ambiente que o motive a desenvolver um diálogo num clima de respeito levando-se em consideração os seus interesses e suas limitações. Destacamos ainda, que os idosos precisam se envolver com atividades dessa natureza que facilitem a interação uns com os outros, e que possam refletir sobre sua qualidade de vida, entendendo-se como sujeito desse processo e não apenas receptor das ações em saúde.

## Referências Bibliográficas

ASSIS, H. **A importância da adequação de atividades desenvolvidas nas instituições de amparo a idosos e sua relação com as atividades realizadas na vida progressa.** 1999. 180 f. Dissertação (Mestrado) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 1999.

AYALA, E.Z.L. Como conseguir melhor rendimento no trabalho de equipe. **Rev. Paul. Hosp.** São Paulo, v.26, p.219-227, jul. 1979.

ANTUNES, A.V e SAT' ANN, L.R. Satisfação e motivação no trabalho do enfermeiro. **Rev. Bras. Enf.** Brasília v.49, n.3, p.425-434, jun./set. 1996.

BERLO, D.K. **O processo da comunicação:** introdução à teoria e a prática. 8ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.296p

CIANCIARULO, T J. (org) **Instrumentos básicos para o cuidar:** Um desafio para a qualidade de assistência. São Paulo: Atheneu, 1996. 154p.

KRON, T. e GRAY, A. **Administração dos cuidados de enfermagem ao paciente:** colocando em ação as habilidades de liderança. Rio de Janeiro: Interlivros, 1989. 302p.

PINTO, I.C. **Caracterização da população idosa, atendida em uma unidade básica de saúde.** 1993. 142f. Dissertação (mestrado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, 1993.

SILVA. M.J.P. **Comunicação tem remédio: a comunicação nas relações pessoais em saúde.** São Paulo: gente, 1996.133p.

STEFANELLI, M.C. **Comunicação com paciente: teoria e ensino.** 2. Ed. São Paulo: Robe, 1993.200p.