

## GRUPO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA JUNTO A IDOSOS

Jessica Monique Furtado Lima<sup>1</sup>; Priscila Barros Lourenço<sup>1</sup>; Natali Machado Pena Teixeira<sup>1</sup>; Camila de Nazaré Alencar<sup>1</sup>; Manuela Lima Carvalho da Rocha<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ensino Médio Completo, <sup>2</sup>Mestrado  
Universidade Federal do Pará (UFPA)  
jessicamoniqueufpa@hotmail.com

**Introdução:** Nas últimas décadas as mudanças nas políticas públicas e criação de estratégias tendo em vista a melhoria das condições de saúde da população brasileira, possibilitaram o aumento da expectativa de vida no Brasil (1). Com esta alteração no quadro nacional, outras demandas surgiram, como o acréscimo da prevalência de doenças crônicas, neurodegenerativas e demências, que provoca graves consequências para o bem-estar biopsicossocial e para a rotina dos sujeitos acometidos (2). Uma das alterações relacionadas a longevidade e que causa preocupação quando sinalizada é a perda da memória. Mesmo no envelhecimento normal há alterações que podem interferir no cotidiano, contudo, queixas frequentes devem ser observadas mais atentamente. Medidas de prevenção à saúde da população idosa tornam-se essenciais para favorecer a qualidade de vida, autonomia e independência do indivíduo na terceira idade (1). A Terapia Ocupacional é uma profissão da área da saúde que visa manter, restaurar e melhorar a capacidade funcional do cliente em suas ocupações, desta forma, permiti uma maior independência e autonomia, proporcionando que o idoso seja ativo e participativo na sociedade (3). Uma das possibilidades de intervenção terapêutica ocupacional é através de grupos. Os grupos terapêuticos são voltados às principais demandas de seus participantes, e quando direcionados a terceira idade, podem contribuir para a promoção de uma vida saudável, independente, ativa e integrada na sociedade (4). **Objetivos:** Relatar a experiência de acadêmicas de Terapia Ocupacional na realização de grupos terapêuticos ocupacionais junto a idosos que participam de atividades ofertadas em uma associação comunitária de moradores em um bairro no município de Belém-PA. **Descrição da Experiência:** Durante o primeiro semestre de 2016, a partir da disciplina Atividade Prática Aplicativa - APA VII, do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Pará, foram realizados quatro grupos terapêuticos ocupacionais com idosos de uma associação comunitária de um bairro do município de Belém do Pará. O primeiro dia foi composto por duas dinâmicas de grupo: de “apresentação” e de “memória afetiva”, a primeira objetivou favorecer a formação de vínculo entre os participantes e as acadêmicas, proporcionar a participação social durante a atividade, conhecimento da rotina ocupacional, e estimulação da atenção e memória a curto prazo, já a segunda teve como objetivo estimular a atenção, a memória olfativa, e a curto e longo prazo. No segundo dia, o grupo terapêutico teve uma dinâmica de grupo e educação em saúde. A dinâmica “plaquinha dos sentimentos bons” teve como objetivo proporcionar a interação social e a aproximação afetiva entre terapeuta-paciente; a educação em saúde teve como tema “conservação de energia” com o objetivo de melhorar o desempenho ocupacional, a qualidade de vida, a atenção e concentração dos participantes; além disso, o grupo terapêutico objetivou estimular a memória a curto prazo por meio da memorização. No terceiro dia o grupo foi caracterizado por uma intervenção de educação em saúde e uma roda de conversa. Neste, foi desenvolvido um alongamento com o intuito de aumentar a amplitude de movimento, resistência, força muscular e flexibilidade das estruturas corporais; a educação em saúde intitulada “Memória e Envelhecimento” objetivou orientar e estimular a memória por meio de algumas estratégias para facilitar a memorização; e a roda de conversa “Memórias” onde teve como objetivo participação

social, atenção e estimulação da memória a curto e longo prazo. No quarto dia houve duas dinâmicas e uma oficina terapêutica: a dinâmica “cores e memória” que objetivou o estímulo da memória visual e a curto prazo; a dinâmica “memória musical” com o intuito de estimular a memória auditiva e a longo prazo; e a oficina terapêutica “construindo o cartão do dia das mães” que objetivou a participação social, atenção, concentração e estímulo de memórias. **Resultados:** Os grupos foram elaborados de acordo com a demanda relatada pelas próprias idosas: de Estimulação Cognitiva com ênfase na Memória e Educação em Saúde para terceira idade. Destacou-se como prioridade a primeira, assim sendo, a maioria das atividades teve como objetivo estimular a memória (olfativa, visual, auditiva, a curto e/ou longo prazo). Os idosos estão expostos a fatores de risco para desenvolver alterações cognitivas que vão além da idade. Durante a vida os indivíduos exercem várias ocupações, mas com o início da aposentadoria, pode haver uma quebra nessa rotina e gerar um impacto para a saúde mental e física desse sujeito. Também devido ao processo natural de envelhecimento, lesões e fraturas em idosos podem provocar consequências mais graves do que na juventude, podendo alterar sua independência e participação social na família e comunidade. Tais situações podem impedir o sujeito idoso de continuar a exercer suas ocupações de forma ativa, diminuindo sua independência e autonomia gradativamente (2). O emprego de estratégias de promoção de qualidade de vida, saúde e bem-estar considerando as características relacionadas com o envelhecimento, mostram-se essenciais e são indicadas para preservar e permitir que os idosos tenham uma vida ativa em sociedade (1,2,3,4). Assim, a escolha dos grupos terapêuticos ocupacionais e das atividades de educação em saúde mostra-se coerentes e complementares ao focar nas orientações em saúde para melhorar aspectos e cuidados referentes a esta e as atividades em grupo que surgiram a partir das demandas dos participantes e promoveram a interação e vínculo entre os mesmos. Foi possível observar resultados positivos, uma vez que os participantes foram participativos e colaborativos em todos os grupos, considerando, segundo relatos, as atividades como “prazerosas”, pois cumpriam as demandas estabelecidas pelas mesmas. Durante as intervenções, houve troca de conhecimentos entre as acadêmicas e os participantes, sendo possível o amadurecimento da visão de planejamentos de grupos voltados para idosos, levando em consideração sempre a demanda do cliente e do próprio “feedback” a eles. **Conclusão/Considerações Finais:** Assim, notou-se que alguns participantes apesar de não possuírem nenhum diagnóstico, estavam com a memória bastante comprometida, outras tinham apenas lapsos de memória considerado natural da idade. Mas todas relataram que se sentiram bastante satisfeitas com os grupos realizados, pedindo para que fosse dada continuidade, o que evidencia a importância de se realizar grupos com este público e voltados para a estimulação da memória. Então, é essencial promover atividades que proporcionem o resgate ou manutenção da memória, a fim de prevenir ou retardar possíveis demências, e assim contribuir com a saúde, independência, autonomia e autoestima dos idosos. Logo, considera-se o alcance dos objetivos nos grupos propostos uma vez que estes contribuíram tanto para a saúde dos moradores locais quanto para a formação profissional das acadêmicas.

## Referências:

1. Wanderbroocke AC, Folly PP, Maba PC, Carvalho T. Oficina de memória para idosos em uma unidade básica de saúde: um relato de experiência. *Psicol Rev* [periódico da internet]. 2015 Ago [acesso em 2016 Out 12]; 24(2):[aproximadamente 11 p.]. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/viewFile/27798/19627>

2. Souza JN, Chaves EC. O efeito do exercício de estimulação da memória em idosos saudáveis. Rev Esc Enferm USP [periódico da internet]. 2005 Mar [acesso em 2016 Out 12]; 39(1):[aproximadamente 7 p.]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v39n1/a02v39n1.pdf>
3. Nascimento VR, Lino MES, Campos GV, Andrade E, Mancini MC, Tirado MGA. Grupo de leitura e produção de textos: uma intervenção da terapia ocupacional. Rev Ter Ocup [periódico da internet]. 2007 Jan [acesso em 2016 Out 12]; 18(1):[aproximadamente 5 p.]. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rto/article/download/14000/15818>
4. Perez MP, Almeida MHM. O processo de revisão de vida em grupo como recurso terapêutico para idosos em terapia ocupacional. Rev Ter Ocup [periódico da internet]. 2012 Set [acesso em 2016 Out 12]; 21(3):[aproximadamente 7 p.]. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rto/article/download/14108/15926>