

A FACULDADE E A TERCEIRA IDADE

INTRODUÇÃO:

Segundo dados do I.B.G.E., hoje são mais de 14,5 milhões de brasileiros com mais de sessenta anos, ou 7,9% do total. Daqui a 25 anos esse número deve dobrar e serão 30 milhões de idosos vivendo no Brasil.

Diante dessa perspectiva, a Faculdade de Medicina de Jundiaí (F.M.J.) fundou em 2000 a Liga de Geriatria com a meta de aprofundar o relacionamento com parte da população da terceira idade e completar os estudos em relação à população idosa.

Com o incentivo e a orientação da Liga e da Professora Rosana Martini Pereira, nove acadêmicos do primeiro ano de medicina iniciaram um projeto de integração com idosos em parceria com a Casa de Repouso Shangrilá, situada na mesma rua da Faculdade de Medicina.

Apesar de ser particular, essa instituição como muitas outras corre o risco de tornar-se um hospital de terceira linha, ou pior, uma antecâmara da morte. Mantê-la como uma unidade de vida, ou como um lugar onde a vida é valorizada e a dignidade do idoso é reconhecida até o leito de morte é um desafio permanente. Evitar ou minimizar a tendência da instituição tornar-se isolada e fechada exige esforços contínuos, tanto dos dirigentes como da comunidade local. Por isso os alunos iniciaram esse projeto, tendo em mente que o idoso apresenta uma extensa biografia, por já ter bastante experiência de vida e ter enfrentado diversas situações, e uma menor força biológica, por causa do processo natural de envelhecimento.

OBJETIVOS:

- Possibilidade do acadêmico do primeiro ano vivenciar a relação médico-paciente
- Integração da comunidade da terceira idade com jovens estudantes
- Incentivo a maior integração idoso/idoso
- Integração entre os acadêmicos para realização de um projeto voluntário e extra curricular
- Conscientização por parte dos alunos do aumento da população idosa e de suas principais carências para, desse modo, buscar junto à Faculdade meios para resolvê-los ou aliviá-los

Estratégia da Ação e Resultados:

Durante o segundo semestre de 2002, um grupo de nove acadêmicos do primeiro ano do curso de medicina realizaram uma série de visitas semanais à Casa de Repouso Shangrilá, uma instituição particular que abriga vinte e um idosos com idades que variam de cinquenta e oito anos a noventa e seis anos e grau de dependência variando de um (mínima dependência de cuidadores para alimentação e higiene pessoal) a três (máxima dependência).

A primeira visita tinha duas metas: a apresentação e o reconhecimento, com isso, pôde-se analisar o local, o número de funcionários (cuidadores, enfermeiros e médicos) e a alimentação. Assim percebeu-se que as principais carências dessa população eram em relação ao bem estar mental e a falta de exercícios físicos, já que o local e o número de funcionários estavam de acordo com os padrões governamentais.

Em relação ao bem estar mental, evidenciou-se por meio de depoimentos, que a maioria do grupo sofre de depressão, isolamento social, baixa auto-estima, sensação de abandono e inutilidade, distúrbios psíquicos relacionados ao processo de envelhecimento.

Diante desse quadro, os acadêmicos iniciaram uma série de atividades para aliviar ou sanar algumas dessas carências como:

- orientação nutricional à cozinheira
- exercícios físicos e caminhadas, levando em conta fatores como:
 - espaço: com alguns idosos pudemos sair na rua para a realização da caminhada, assim eles puderam ver a rua, o movimento, tomar um pouco de sol e sair por alguns instantes de dentro da casa, já que eles passam a maior parte do tempo dentro dela. Aqueles que não tinham condições de saírem à rua para andar, fizemos uma caminhada menor no pátio interno da casa de repouso.
 - tempo: não podíamos sair com os idosos para caminhar, tanto na rua como no pátio interno, em condições não favoráveis como chuva, tempo nublado, sol muito forte. Assim, a caminhada foi possível às dezesseis horas e trinta minutos, quando o sol já não era tão forte e não havia muito vento nem tempo de chuva se formando.
 - adequação física do idoso: não eram todos os idosos que tinham condições de andar e, dentre os que podiam, alguns poderiam caminhar na rua e outros só no pátio interno.

Para proporcionar um aumento da auto-estima e diminuir o isolamento social, foram feitas, além de inúmeras conversas, oficinas de música e dança, com a seleção de artistas apreciados pelos idosos como Tom Jobim, Elis Regina e Nelson Gonçalves.

Após as inúmeras oficinas, estabeleceu-se um vínculo de confiança, com isso os idosos sentiram-se mais a vontade para relatar seus problemas, como o caso da senhora T.A., oitenta e cinco anos, um ano e meio na casa de repouso, foi internada devido a desentendimentos com os familiares, não apresenta nenhum sintoma de demência, apresenta grau de dependência um. Recentemente foi operada de catarata e está em ótima forma física, suas principais queixas são em relação ao abandono dos familiares.

Por não receber estímulos adequados e preferindo ficar mais no seu quarto do que na sala em convívio com os outros idosos, T.A. é uma das exceções no grupo, portanto acaba se isolando do restante. Para T.A, as visitas foram de suma importância para seu bem estar, já que foram oferecidas atividades diferentes, quebrando a monotonia e o tédio do cotidiano que, para esta senhora, eram motivos de desenvolvimento da depressão. Uma das poucas distrações que a casa oferece é a televisão, da qual nem todos os moradores gostam e, com relação às visitas, elas ocorrem às terças e quintas, mas não são todos os idosos que as recebem, isso contribui para a baixa auto-estima. Assim como T.A, outros moradores da casa passam por situação semelhante.

Nessa instituição os dias tendem a ser repetição de cuidados pessoais, alimentação e repouso, com poucas variações.

Cuidar do idoso, não importa sua fragilidade ou condição, requer uma abordagem holística ou uma visão de totalidade. Portanto, não basta mantê-lo limpo e alimentado se ele não for visto num momento de sua trajetória e integrado na sua

cultura e tempo. Desse modo, o projeto de integração resultou na maior interação dos idosos com os acadêmicos e com os outros idosos da instituição.

CONCLUSÃO:

A troca de experiências entre a comunidade da terceira idade e os jovens estudantes proporcionou benefícios para ambos, visto que os alunos puderam aprender logo no primeiro ano, por meio da Liga e das visitas à casa de repouso, como lidar e como se integrar com os idosos de maneira mais humana, respeitando, sempre, as suas limitações. Além disso, os estudantes ganharam mais vivência e profundidade de aprendizado com o contato, com as histórias e com as experiências dos mais velhos.

Com esse convívio, os estudantes aprenderam a compreender o processo de envelhecimento e suas perdas, como a perda dos entes queridos, que gera a sensação de solidão e vazio, a falsa impressão da perda do papel social, já que o Brasil, por ser um país de maioria jovem, ainda não aprendeu a valorizar as pessoas da terceira idade e com a aposentadoria ou com a obrigação de pararem com outras atividades, mesmo que não remuneradas, termina um ciclo de trabalho de muitos anos, o que ajuda a aumentar a sensação de inutilidade e a baixa auto-estima, já que o trabalho era uma forma desses idosos se sentirem valorizados, capazes de realizarem alguma tarefa e se ocuparem, distraindo-se. Somando-se a isso, temos a mudança de moradia, da casa de cada idoso para a casa de repouso, o que contribui para o quadro de depressão, pois o idoso é tirado do lugar onde viveu parte de sua vida e do convívio com amigos e familiares, causando a somatização de algumas doenças.

Hoje em dia, com o aumento crescente da população idosa e da expectativa de vida no Brasil, é de suma importância para os futuros médicos conhecer com mais profundidade o comportamento físico, psicológico e social dessa população, para, desse modo, poder atendê-la mais adequadamente no futuro.

FICHA TÉCNICA: INSTITUIÇÃO

Diretório Acadêmico Professor Alphonso Bovero
Rua Francisco Telles, 250 Vila Arens
Jundiaí - São Paulo

PROFESSOR (A) ORIENTADOR (A): Rosana Martini Pereira

ALUNOS (AS) RESPONSÁVEL (EIS):
Erika Araki Okuda
Murilo Pastre
Alessandra Migotto
Amanda S. Vanzelli
Camila Stucchi
Ana Paula de Campos Gotardo
Andrea M. Ferrian

Melissa L. Fugimori
Tatiana Yamashiro.

ALUNO (A) RESPONSÁVEL PARA CONTATO:
Erika Araki Okuda

Rua Eponina, 532
Vila Carrão
São Paulo - SP
CEP: 03426-010
Telefone: (0xx11) 293-7209
E-mail: sy_erika@yahoo.com.br