

Relato de Experiência

Roda do cuidar com os velhos



Valéria Fugii Rodrigues de Barros

Abordamos o relato de experiência realizada no ano de 2017 com grupos de velhos, entre 64 a 80 anos, que participaram da *Roda do Cuidar*, ferramenta utilizada para caracterizar a Terapia Comunitária Integrativa¹, que permite ao indivíduo verbalizar suas angústias, na construção de redes sociais que protegem a cultura popular através de uma roda de partilha, cuja experiência busca dar respostas aos anseios do outro. Busca ter um olhar para a expressão corporal individual, identificando os sinais de defesa, interesse, tristeza e, sobretudo, emoção, inevitável durante o desenvolvimento da terapia.

Aproveitando o acesso concedido como funcionária pública, responsável por Projetos Sociais e terapeuta comunitária desde 2005, foi possível executar as Rodas, respeitando as peculiaridades grupais, com três grupos:

- Primeiro grupo: composto por 12 a 14 pessoas, misto, na faixa entre 64 a 79 anos, a maioria aposentados, frequentadores do Parque da Maturidade de Barueri, da turma “contadores de histórias”, que aceitaram participar da Roda do Cuidar no mês de Maio.
- Segundo Grupo: misto, com 2 homens e 6 mulheres e idades entre 66 a 80 anos, com nível sócio cultural elevado, participantes de um clube de leitura e moradores dos residenciais de Alphaville, que se reúnem uma vez por mês para discussão dos livros indicados, com nível sócio cultural elevado,

¹ Técnica desenvolvida pelo Dr. Adalberto Barreto, cearense, formado em Teologia, doutor em antropologia e psiquiatria na França: <http://www.fclar.unesp.br/#!/unidade-auxiliar/terapia-comunitaria/> - <https://www.youtube.com/watch?v=zf7IL5a1tA0>

que concordaram em realizar uma Roda do Cuidar na última quinta feira de Maio.

- Terceiro grupo formado por homens moradores de rua, entre 65 a 74 anos com apenas 05 participantes, mas que ofertou histórias riquíssimas. A Roda foi desenvolvida em espaço cedido pelo Ginásio de Esportes José Correa, no Centro de Barueri.

As Rodas têm a duração de uma hora e meia e são registradas, posteriormente, em relatórios.

Contextualização

Para iniciar faz-se necessário falarmos sobre linguagem, entendida como o conjunto de sinais do qual a humanidade se serve para comunicar suas ideias por dialeto, variação de pronúncia, vocabulário e gramática pertencentes a uma determinada língua.

As variações entre os grupos, com a própria língua, diferenciam a abordagem, partindo do pressuposto que a comunicação se estabelece a partir da compreensão entre os interlocutores, assim, realizamos as Rodas observando também a linguagem corporal dos participantes.

A metodologia utilizada na Terapia comunitária é baseada nas dinâmicas de apresentação e descontração feitas pela primeira terapeuta, além de um breve resumo sobre o que é a terapia comunitária integrativa elencando suas regras. Passa-se então a palavra para a segunda terapeuta, responsável em fazer a contextualização e problematização da terapia, após o tema escolhido pela maioria do grupo.

A terapeuta faz uma pergunta para o grupo de acordo com o mote relacionado ao problema exposto, com o objetivo de encontrar estratégias de enfrentamento, e buscar fortalecer a resiliência individual e coletiva no enfrentamento do problema. Ao finalizar, os participantes fazem uma roda de mãos dadas, e a terapeuta auxiliar complementa com a metáfora do bambu, "enverga para lá enverga para cá, mas não quebra, assim somos nós: balança, mas não cai, depois de tudo que ouvimos cada um vai citar o que leva desta roda e o que deixa aqui", momento no qual todos partilham suas experiências.

Relatos das Experiências

Nossa primeira experiência foi com o grupo da Terceira Idade de "contação de histórias" do Parque da Maturidade, um grupo participativo, alegre e brincalhão, que já estava a nossa espera e gostou das dinâmicas. Na segunda parte a terapeuta pede que todos fechem seus olhos e pensem naquilo que está lhes 'tirando o sono', pois quando "a boca cala o corpo fala, e quando a boca fala o corpo cala", isto é a somatização dos problemas. Em seguida abre-se espaço para falar, compartilhar o que machuca, sem contar segredos, e dividir com o

grupo suas angústias. De olhos abertos, as pessoas que se sentirem à vontade para falar levantam a mão para relatar o que lhes aflige.

Dona Lúcia, de 65 anos, foi a primeira a levantar a mão, ao perguntar sobre o que ela tinha a dizer, sem perder a espontaneidade ela respondeu que sente muita dor no quadril e precisa fazer uma cirurgia para colocar a prótese, mas está na fila do SUS faz dois anos e 7 meses e ainda não conseguiu. A segunda foi Dona Maria Esperança, uma senhora de 70 anos, que relatou que sente angústia também por não conseguir a cirurgia cardíaca, está na fila e somente 40% do coração funciona. Após ouvi-las refletimos sobre o Estatuto do Idoso, que promete no artigo 15 a atenção integral à saúde do Idoso por intermédio do SUS, discurso bonito, mas infactível.

A próxima foi Dona Severina que perdeu a visão do olho direito, por causa da diabetes e está com dificuldade para enxergar com o olho esquerdo, a filha a traz ao Parque e diz que ela está bem, discute muito com a filha que a julga “imprestável”.

Seu Aparecido disse que sua preocupação é o genro, usuário de drogas, que não consegue manter a família com três filhos e, portanto, utiliza sua aposentadoria para ajudar a filha.

Ao perguntar qual tema a ser trabalhado, geralmente há um temor em magoar aquele amigo que se expôs e não foi escolhido seu tema, então explicamos diversas vezes, para que só levantassem a mão para um tema.



Enfim, o tema escolhido foi de Dona Lúcia, que precisa fazer a cirurgia nos quadris. Na problematização, ela nos contou que, embora sentisse muita dor, vinha para o Parque para se divertir, que cada passo era um sofrimento e a bengala já não era suficiente, precisando muitas vezes da ajuda dos amigos para participar das atividades. Contou que a pior coisa é quando a mente comanda, mas os órgãos não obedecem mais, que os dias que vai ao Parque são os dias mais alegres e os mais sofridos, porque encontra os amigos que a fazem rir e se

sentir viva, mas que ao chegar em casa se recolhe e chora de tanta dor. Como estratégia de enfrentamento as citações foram para a espiritualidade, ou seja, fazer oração, se apegar a Deus, crer no Divino.

Foi emocionante a finalização, Dona Lúcia chorou quando todos se voltaram para ela e cantaram a música “cura Senhor onde dói, cura senhor bem aqui, cura Senhor onde eu não posso ir...”. Ao final o grupo disse que deixava ali: amizade, gratidão, esperança, amor à vida, fé em Deus, amor, e levava dali: paz, amizade, empatia, conhecimento, amor, momentos de felicidade.

A segunda experiência foi realizada na casa de Dona Aurora, residente em Alphaville, que tem 71 anos, mas aparenta ter no máximo 60, professora de história, nos recebeu com uma mesa farta de salgados e doces.

O grupo de leitores amigos se reúne mensalmente, alguns deles já tinham viajado juntos, para o Exterior, duas vezes, e ao saber deste grupo solicitamos a aplicação da Roda do Cuidar, previamente descrita para o Grupo. Diferente do Grupo do Parque, as pessoas foram chegando aos poucos, primeiro dois homens, um fumava cachimbo, e o outro com um vocabulário erudito, enfim, logo todos estavam reunidos.

Iniciamos a Roda e foi divertido. Todos participaram e gostaram das dinâmicas, mas quando iniciamos a contextualização para apresentação dos temas, percebemos que o grupo não se sentiria confortável em se expor. Utilizamos, então, outra estratégia: perguntamos - O que incomoda no seu dia a dia que impede sua completa satisfação? Fechem os olhos e respondam.

A anfitriã foi a primeira a falar, Dona Aurora disse que apesar de ser uma pessoa que busca se atualizar se sente excluída por seus filhos e netos, como se ela fosse “café com leite”, não a chamam para alguns eventos sociais, o que a deixava constrangida.

Seu Humberto, o que fumava cachimbo, também levantou a mão, disse que por ter 80 anos já não tinha mais poder sobre si, só podia sair em companhia de outras pessoas (por este motivo chegou acompanhado), que morava com o filho, pois decidiram que ele era incapaz. Ele caiu duas vezes e “eles me tratam como criança [...] eu que já criei dois homens, tive empresa, ensinei de tudo para muita gente”.

Dona Bete, com 72 anos, disse que se recuperou de um câncer e, embora faça acompanhamento, não consegue se livrar da depressão, toma medicação mas se sente muito só, é a que menos frequenta os encontros, disse que isso a incomoda muito, pois não tem filhos.

Na hora da votação a maioria votou no tema da Dona Bete, foi o que mais tocou o grupo. Para problematizar foi aberto para perguntas dirigidas à Dona Bete para falar sobre a depressão.

Em sua narrativa ela nos contou que tem medo de morrer sozinha, e que ninguém vai dar falta, pois antes da depressão a sobrinha a visitava para saborear as massas que fazia, mas com a depressão deixou de cozinhar, e a sobrinha deixou de visitá-la. A associação de troca de carinho se dava enquanto ela se sentia útil para alguém, sem as visitas a sobrinha desvalorizou totalmente sua existência, segundo seu julgamento.

Afirmou também que, embora fosse apenas dois anos mais velha que Dona Aurora, se sentia como se tivesse vinte anos a mais, sem vontade de se arrumar, de interagir com outras pessoas. Sr. Fred, que tinha um vocabulário polido, perguntou para Dona Bete se ela se sentia seduzida pela *autoquíria*. Como

ninguém entendeu ele reformulou a pergunta: já sentiu vontade de se suicidar, ela respondeu que sim.

Neste momento o grupo se pôs consternado, preocupado e, aparentemente, com sentimento de culpa, e nele o mote foi lançado, com a pergunta para o grupo: - Quem já passou por um momento de impotência e o que fez para se recuperar?

A estratégia dos idosos foi interessante. Pedimos que dona Bete desfrutasse das palavras como se fosse um banquete, o que fosse proveitoso, que ela absorvesse para si.

O Sr. Fred, falou um pouco de sua experiência com os Alcoólatras Anônimos, e que se sentiu no fundo do poço, mas procurou ajuda com o grupo onde conseguiu se recuperar. Dona Mercedes, de 68 anos, alegre e elegante, disse que depois que perdeu o filho em um acidente de carro pensou que fosse morrer junto, caiu em depressão, os medicamentos não faziam efeito, foi quando resolveu se dedicar a trabalhos voluntários na igreja, levou quase um ano, mas conseguiu melhorar.

A esta altura Dona Bete já estava aos prantos. Depois de acalmá-la, nós nos abraçamos e iniciamos a finalização da Roda do Cuidar. Dona Aurora disse: Agradeço pela oportunidade de falar, deixo meu carinho para meus amigos, e valor a cada dia que passa. Seu Humberto disse que deixava ali, e para sempre, a tristeza, e levava a certeza que tinha muito para aprender, momento no qual todos aplaudiram e agradeceram a oportunidade da escuta, o espaço de falar, e ter suas falas validadas.

A terceira experiência foi realizada em junho com um pequeno grupo de Moradores de Rua, que nos corrigiram e disseram que são moradores de calçadas, se fossem de rua seriam atropelados.

Timidamente eles foram se soltando e participando das dinâmicas, um deles trouxe a cachorrinha, a qual chamava de 'maloqueira'. Na dinâmica de apresentação nós pedimos que se apresentassem como gostam de ser chamados, e somente um deles deu o nome (Niltinho), os outros deram apelidos. Tínhamos 04 dependentes de álcool, e um com leve deficiência mental, e outro aparentemente bem.

Iniciamos a contextualização pedindo que levantassem a mão quem se sentisse angustiado e que quisesse dividir com o grupo. O dono da cachorrinha, o Lagoa de 65 anos, mas com aparência de mais de 70, pela falta dos dentes, levantou a mão e disse que o que angustia suas noites era o pai ter assassinado a mãe na frente dele, e depois o irmão ter assassinado o pai, o irmão estava preso fazia anos, e perderam o contato.

O Pernambuco, de 71 anos, com leve deficiência mental, falou do medo de ser machucado durante a noite, pois os guardas municipais já o acordaram chutando, e levaram o carrinho que ele coletava papelão. Seu Totó aproveitou e disse que

também tinha medo de apanhar e, neste dia, seu rosto tinha um arranhão, pois tinha caído depois de muito beber.

Buiú, de 71 anos, foi o último a falar, disse que o que mais lhe doía era o olhar de nojo das pessoas, e que ser velho e negro já era triste, sendo de rua era pior. Imagino que todos sentiram empatia pela situação do Buiú, pois a votação foi unânime, então iniciamos as perguntas para entender melhor a dor que o afligia.

Buiú disse que não estava nesta situação porque queria, depois de perder a esposa ficou muito mal, sem poder pagar aluguel, já com 69 anos e debilitado, o filho não o deixou ficar na casa, então ele saiu e se jogou na bebida, encontrou nos amigos outra família.

Disse que de seus companheiros, Tito morreu apanhando e o Sabiá atropelado quando 'mangueava' - descobrimos que manguear é pedir dinheiro - e ficou muito triste porque andavam juntos. Ele disse que se fosse mais jovem já teria saído desta vida, mas que agora não tem saúde. Sobre o olhar das pessoas, ele nos disse que não sabe o que dói mais: se é indiferença, o nojo ou a raiva. Perguntamos: Mas por que olham com raiva? Então ele respondeu algo incrível: "Não sei se é porque ocupamos espaços, que elas julgam ser só delas, ou se é porque nós fazemos as pessoas lembrarem o quanto elas são insensíveis".

Como estratégia de enfrentamento, perguntamos: O que você faz quando passa por uma situação semelhante?

O Lagoa, depois de chorar muito, quis responder: "eu também ignoro, porque não adianta a gente se incomodar, tem que ficar indiferente também". Já Niltinho disse que precisamos perdoar, "tem coisas que só a maturidade traz sabedoria, ninguém passa o que você precisa passar, uso disso para eu crescer". Buiú agradeceu, disse que falar sobre isso fez bem, pois é um preconceito que vive desde criança, mas agora é mais forte porque velho é descartável.

Fomos para a finalização, cantamos parte da música do Lulu Santos "nada do que foi será de novo do jeito que já foi um dia...". Nós aprendemos mais com eles do que eles conosco, pudemos desconstruir para construir os conceitos, o grupo agradeceu e todos choraram. Disseram que são uma família, e que ainda havia esperança já que os trataram como gente, embora fossem velhos e moradores de rua.



Conclusão

Observamos o quão significativo foi para ambas as partes ter um espaço para expressão, sem modelos prontos, sem julgamentos, somente com a escuta ativa, sabedores da dificuldade que possuímos em dimensionar a dor do outro e, constantemente, tentamos promover a empatia.

Para Paulo Freire, o homem e a mulher são os únicos

seres capazes de aprender com alegria e esperança, na convicção de que a mudança é possível. Aprender é uma descoberta criadora, com abertura ao risco e a aventura do ser, pois ensinando se aprende e aprendendo se ensina. Na Terapia comunitária integrativa existe uma troca enriquecedora cujo crescimento é mútuo, com os velhos que participaram destas experiências nós aprendemos muito.

Ao falar sobre as limitações de mobilidade que eles têm me faz lembrar sobre a vulnerabilidade física, psíquica e social, de acesso, e sobre o envelhecimento patológico. Já os relacionamentos familiares se deterioram, devido a insuficiência dos grupos familiares imaturos e disfuncionais, com a falta de respeito em relação ao envelhecimento, momento no qual os velhos são infantilizados.

No caso dos idosos moradores de rua, sujeito à própria sorte nos parece que ocorre o que é chamado de 'mistanásia', ou seja, uma eutanásia social, morte que ocorre por razões diversas, sem patologia existente.

Realmente existe a necessidade de provocar uma reflexão sobre a participação social dos idosos em Fóruns, Conferências, Conselhos, que podem trazer à tona a conscientização dos Direitos dos Idosos.

Hoje são eles e amanhã seremos nós.

Data de recebimento: 15/08/2017; Data de aceite: 08/09/2017

Valeria Fugii Barros - Coordenadora Geral na Secretaria de Promoção Social de Barueri. Trabalho de Conclusão do Curso de Extensão – Fragilidade na Velhice. Gerontologia Social e Atendimento, da PUC-SP (COGEAE), 2017. E-mail: fugii Barros@hotmail.com