



Revista Saúde em Redes (ISSN 2446-4813), v. 8, Supl n. 2 (2022).

RELATO DE EXPERIÊNCIA

DOI: 10.18310/2446-4813.2022v8nsup2p261-271

O papel de cartas pessoais na saúde mental de idosos em instituições asilares no contexto pandêmico de COVID-19

The role of personal letters in the mental health of the elderly in nursing homes during the COVID-19 pandemic

Isadora de Souza Barcelos

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
isadora.barcelos@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6868-2840>

Beatriz Rocha Cuzzuol

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
beatriz.cuzzuol@gmail.com; <http://orcid.org/0000-0002-1456-2982>

Pedro Henrique Moreira Neves

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
pedron@ufba.br; <https://orcid.org/0000-0001-7410-277X>

Bruna Teixeira da Costa

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
brunatc@ufba.br; <https://orcid.org/0000-0003-4227-0060>

Mirele Alves da Silva

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
mirele.alves@ufba.br; <https://orcid.org/0000-0002-1771-0952>

Clara Cotta d'Ávila e Silva

Estudante de Medicina; Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
clara.cotta@ufba.br; <https://orcid.org/0000-0002-7817-3361>

Joana Trengrouse Laignier de Souza

Médica, Especialista em Geriatria e Gerontologia e Docente do Curso de Medicina, Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, BA, Brasil;
joana.trengrouse@ufba.br; <https://orcid.org/0000-0001-5793-6043>

Resumo: O contexto de pandemia do vírus Sars-Cov-2 contribuiu para a diminuição significativa do contato dos idosos com seus companheiros e familiares, além de desencadear sentimentos de vulnerabilidade e solidão. Além disso, o olhar sensível às subjetividades e demandas individuais deve ser continuamente estimulado durante todo o processo de educação médica, de modo a promover uma formação profissional mais sensível às necessidades do outro. Nesse sentido, a ação intitulada “Cartas aos Idosos” foi criada com o intuito de estabelecer uma comunicação entre idosos e estudantes

por meio de cartas com conteúdo de afeto e suporte emocional. A ação “Cartas aos Idosos”, desenvolvida remotamente pela Federação Internacional das Associações de Estudantes de Medicina do Brasil (IFMSA Brazil) da Universidade Federal da Bahia, Campus Anísio Teixeira (UFBA-CAT), entre os meses de agosto e outubro, consistiu na escrita de cartas por estudantes de Medicina, de cunho pessoal, para idosos em situação asilar. O impacto da ação foi medido por meio de uma análise qualitativa dos envolvidos. A atividade foi bem-sucedida no que se refere ao acolhimento e ao amparo dos idosos envolvidos.

Palavras-chave: Cartas; Idoso; Instituição de longa permanência para idosos; Afeto; Saúde mental.

Abstract: The Sars-Cov-2 pandemic context has contributed to a significant decrease in the contact of the elderly with their friends and family. Furthermore, the sensible view of subjective and individual demands must be continually stimulated during the whole process of medical education, aiming to promote a professional career sensible to other’s needs. In this sense, the action “Cartas aos Idosos” was created to establish a communication channel between students and elderly people through letters filled with affection and emotional support. The action “Cartas aos Idosos”, developed by International Federation of Medical Students’ Association of Brazil (IFMSA Brazil) from the Federal University of Bahia, campus Anísio Teixeira (UFBA-CAT), between the months of August and October, consisted of letters written by medical students for aged people in asylum situations. The action’s impact was measured by a quality analysis with the participants involved. The activity succeeded regarding shelter and support to the elderly involved.

Keywords: Letters; Elderly; Homes for the aged; Affect; Mental health.

Introdução

Nos últimos meses, o ambiente hostil instalado pela pandemia do vírus Sars-Cov-2 contribuiu para a diminuição significativa do contato dos idosos com seus companheiros e familiares, além de desencadear o sentimento de vulnerabilidade¹ perante o aumento exponencial do número de mortes, principalmente envolvendo idosos, os quais compõem um grupo de risco. Em um país como o Brasil, cujo suporte à saúde do idoso demonstra-se deficitário devido à dificuldade econômica do acesso deste à saúde e devido à desvalorização, por parte do poder público, das políticas voltadas para o atendimento da população geriátrica², vê-se a importância de atividades sociais voltadas para os idosos. As condições de vida que tendem a acompanhar o processo de envelhecimento demandam um olhar atento e diferenciado à população geriátrica. Estudos demonstram que mesmo os idosos que têm contato com as suas famílias demonstram níveis de fragilidade relevantes, de maneira que a diversidade no núcleo social influencia positivamente nos índices de fragilidade da população idosa^{2,3}.

Ainda sob essa análise, é necessário destacar os sintomas de solidão como importantes influenciadores no sofrimento psíquico dos idosos¹.

Buscamos, através desta ação, suprir parte da demanda dos idosos que têm pouco acesso à socialização, tão necessária para a manutenção do bem-estar psicológico no processo de envelhecimento.

Em paralelo, buscamos promover a humanização entre os graduandos de medicina, a fim de que se tornem profissionais mais sensíveis às necessidades do outro. O olhar sensível às subjetividades e demandas individuais específicas deve ser continuamente estimulado durante todo o processo de formação médica⁴. A empatia e a predisposição ao amparo do próximo, habilidades necessárias aos discentes da área da saúde, podem ser incrementadas a partir do contato entre os idosos e estudantes. A realização de práticas com enfoque na relação médico-paciente que desenvolvam nos estudantes habilidades relacionais humanizadas constitui importante estratégia de ensino-aprendizagem.

Nesse sentido, a ação intitulada “Cartas aos Idosos” foi criada com o intuito de estabelecer uma comunicação entre idosos e estudantes por meio de cartas com conteúdo de afeto e suporte emocional durante o período de isolamento.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência sobre a ação “Cartas aos Idosos”, uma atividade de extensão realizada junto à Universidade Federal da Bahia (UFBA) e à IFMSA Brazil UFBA-CAT. A ação foi desenvolvida entre os meses de agosto e outubro, no contexto da pandemia da COVID-19. O projeto consistiu na escrita de cartas, de cunho pessoal e sentimental, por estudantes de faculdades de medicina do Sudoeste da Bahia e de outras regiões. As cartas foram direcionadas a idosos de duas instituições de longa permanência para idosos (ILPI), uma de Minas Gerais e outra do Espírito Santo.

A ação se deu da seguinte maneira: criou-se um formulário online para a inscrição dos interessados em participar da atividade, a fim de que, de acordo com o número de inscritos, pudéssemos ir em busca de instituições interessadas e com um número de idosos suficiente para atender a demanda de participantes. Feito isso, ao divulgarmos o formulário de inscrições nos grupos de WhatsApp dos estudantes de Medicina da região de Vitória da Conquista (Universidade Federal da Bahia - UFBA, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB e Faculdade Santo Agostinho – FASA),

obtivemos 83 inscrições e, a partir desse número, foi iniciada a busca por instituições asilares interessadas em participar da ação.

Após uma busca ativa, obteve-se o interesse de duas ILPI, uma em Pedra Azul (MG) - Casa Ressurreição do Idoso - e outra em Vitória (ES) - Avedalma. A estas instituições foram enviados documentos oficiais de convite para a participação da ação, contendo também o pedido de algumas informações importantes dos idosos, a fim de nortear a escrita das cartas de forma mais personalizada e íntima, como nome, idade, sexo, preferências e gostos. Uma vez de posse das informações, procedemos ao sorteio para direcionar um idoso a um participante. Foi elaborado um e-mail com todas as informações referentes à escrita da carta e enviado individualmente a cada redator.

Foi elaborado um formulário para que os participantes pudessem enviar as suas cartas, lidas anteriormente ao envio, a fim de reconhecer o seu teor e não deixar passar cartas de cunho ofensivo. Acerca disso, não houve nenhuma carta fora dos padrões éticos e morais. Apesar de até o momento tudo ter saído como o planejado, houve intercorrências e as inscrições foram reabertas de modo a contemplar todos os idosos. Uma vez revisadas, as cartas foram impressas e colocadas dentro de envelopes, procedendo-se para a entrega aos responsáveis pelas instituições asilares e, posteriormente, aos idosos a que eram destinadas, tomando-se todos os cuidados sanitários referentes ao contexto de pandemia.

O impacto da ação foi avaliado por meio de uma análise qualitativa dos envolvidos, com dois formulários: um destinado aos profissionais dos asilos e o segundo, aos estudantes envolvidos na escrita das cartas. Nesses, buscamos um feedback da ação, com perguntas referentes ao impacto e a sensibilização promovidos por ela.

Resultados/Discussão

O desenvolvimento da ação adveio do interesse em gerar benefícios a dois grupos populacionais diretamente atingidos pela pandemia do SARS-CoV-2, utilizando-se dos recursos dispostos na condição de isolamento. Alguns aspectos foram identificados para que o projeto tomasse forma: o grupo reconheceu que iniciativas em favor da terceira idade eram necessárias, dada a repercussão negativa do isolamento na saúde física e mental dos idosos. Além disso, o risco de contágio pelo coronavírus e a possibilidade de evolução com gravidade apresentam impacto na qualidade de vida dos idosos. A questão tornou-se ainda mais relevante ao se tratar de idosos institucionalizados, por se encontrarem

distantes dos familiares, submetidos à impossibilidade de encontrá-los e à incerteza quanto à situação de saúde, dado o distanciamento.

Por outro lado, reconheceu-se nos acadêmicos de medicina tanto uma demanda quanto uma oportunidade, enquanto público-alvo da ação. O isolamento social e a suspensão das aulas deram lugar a sentimentos de angústia e ansiedade em grande parte dos jovens, tornando oportuna uma atividade que os colocasse em contato sensível e reflexivo com outra realidade muito afetada pelo coronavírus. Para além dessa perspectiva, a escrita das cartas aos idosos mostrou-se proveitosa ao aprendizado de uma forma de comunicação empática e à sensibilização dos futuros médicos a um grupo populacional amplamente inserido na prática clínica. Sendo assim, colocar ambos os públicos trabalhados em contato por meio de cartas de cunho pessoal e sensível mostrou-se uma iniciativa viável e pertinente.

No formulário de avaliação de impacto voltado para os estudantes, disponibilizado para preenchimento segundo o interesse dos participantes, as respostas se mostraram bastante positivas. Foi visto que a experiência de redação da carta promoveu uma influência emocional construtiva para os participantes, trazendo atenção também para a negligência vivenciada pelos grupos vulneráveis. Assim, tal vivência se mostrou relevante para a formação dos estudantes, contribuindo para a formação de profissionais mais humanizados e atentos a necessidade dos outros. Os comentários dos participantes sobre o projeto foram essencialmente positivos, de forma a descrever os benefícios obtidos a partir da escrita, em teor de agradecimento.

Com base na avaliação de impacto voltada para os estudantes, ficou claro que o processo de escrita das cartas suscitou nos redatores uma sensibilização quanto à condição de vulnerabilidade e quanto à importância da valorização da faixa etária mais longeva da sociedade. Segundo a descrição dos próprios estudantes, a escrita gerou sentimentos de acolhimento, empatia e generosidade para além do esperado. Paralelo ao exercício de humanização, pôde-se perceber um impacto importante dessa atividade, ainda que de forma pontual, na saúde mental dos próprios escritores. A reflexão suscitada durante a escrita das cartas e o próprio tempo despendido para tal, conforme os feedbacks recebidos, foram emocionantes e capazes de transformar o humor e a motivação dos estudantes frente aos próprios desafios.

Já o formulário para a avaliação do impacto causado nos idosos foi desenvolvido para preenchimento dos profissionais responsáveis por acompanhá-los no momento de entrega das cartas, uma vez reconhecida a potencial inviabilidade de escrita e de relato diretamente por parte dos idosos.

A leitura das cartas, especialmente devido à pessoalidade atrelada ao chamamento pelos nomes e ao teor íntimo com que foram escritas, produziu motivação e sensação de importância nos idosos. Em consonância com o processo de escrita das cartas e em conformidade com as expectativas, a atividade foi bem-sucedida no que se refere ao acolhimento e ao amparo dos idosos envolvidos. Tanto a avaliação de impacto quanto as fotos e os vídeos do momento de entrega das cartas expuseram a alegria e a relevância da atividade para o bem-estar dos destinatários.

Considerações finais

Assim, a ação foi realizada por uma instituição voltada para ações extensionistas, que buscou aproximar grupos sensivelmente afetados pela pandemia da COVID-19: os estudantes e os idosos. No que concerne às consequências aos estudantes, a suspensão das aulas sem perspectiva de retorno, bem como os desdobramentos que um ensino domiciliar traz, deixou uma grande parcela dessa população mais ansiosa. No que tange os efeitos aos idosos, as incertezas e restrições impostas a toda população mundial e, principalmente, a este grupo etário, propiciou um afastamento dos entes queridos, dos amigos e das atividades recreativas, especialmente nas instituições de longa permanência. Assim, nota-se a importância social e o papel modificador da realidade da ação proposta, pois conseguiu aproximar de modo remoto estudantes e idosos, oportunizando momentos de afago diante de um cenário tão perturbador.

Referências

- ¹ Faísca LR, Afonso RM, Pereira H, Patto MA. Solidão e sintomatologia depressiva na velhice. *Anál psicol.* 2019;37(2):209-222. Available from: <https://doi.org/10.14417/ap.1549>;
- ² Kalache A, Da Silva A, Giacomini KC, De Lima KC, Ramos LR, Louvison M, et al. Envelhecimento e desigualdades: políticas de proteção social aos idosos em função da Pandemia Covid-19 no Brasil. *Rev bras geriatr gerontol.* 2020;23(6):e200122. Available from: <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200122>;
- ³ De Jesus IT, Orlandi AA, Zazzetta MS. Fragilidade e apoio social e familiar de idosos em contextos de vulnerabilidade. *Ver Rene.* 2018;19:e32670. Available from: <https://doi.org/10.15253/2175-6783.20181932670>;
- ⁴ Rios IC, Sirino CB. A humanização no ensino de graduação em medicina: o olhar dos estudantes. *Rev bras educ med.* 2015;39(3):401-409. Available from: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n3e00092015>.

Submissão: 22/03/2021

Aceite: 30/12/2021