

NETO POSTIÇO EM TEMPOS DE CORONAVÍRUS

ADOPTIVE GRANDCHILDREN IN TIMES OF CORONAVIRUS

NIETO ADOPTIVO EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

Neila Barbosa Osório

Doutora em Ciência do Movimento Humano (UFSM).
Professora-pesquisadora na UFT, no Colegiado de
Pedagogia. neilaosorio@mailuft.edu.br.

 0000-0002-6346-0288

Luiz Sinésio Silva Neto

Doutor em Ciências e Tecnologia em Saúde (UnB).
Professor-pesquisador na UFT, no Colegiado da Pós-
Graduação em Gerontologia. luizneto@uft.edu.br.

 0000-0002-3182-7727


Eliane Lima do Nascimento Borges

Mestranda especial pela Universidade da Maturidade
(UFT). elianenascto27@gmail.com.

 0000-0002-9843-4282


Alenilda de Oliveira Vilela

Mestranda especial pela Universidade da Maturidade
(UFT). nida.vilela@hotmail.com.

 0000-0002-0457-5333

Alessandra de Oliveira Vilela

Pedagoga (Faculdade Fortium). Professora das séries
iniciais (SETRAB/DF). aleseduca@hotmail.com.

 0000-0003-4137-2743

Correspondência: Universidade da Maturidade; Av. NS
15, 109 Norte; Palmas: Tocantins: Brasil; CEP: 77.010.90.

Recebido em: 15.03.2020

Aceito em: 03.04.2020.

Publicado em: 01.05.2020.

RESUMO:

A presente pesquisa foi realizada no período de isolamento social (quarentena), no mês de março de 2020. Objetivou-se conhecer relatos de ações que a UMA (Universidade da Maturidade da Universidade Federal do Tocantins) desenvolve, por intermédio da reflexão acerca dos benefícios oriundos do projeto Neto Postiço. O público-alvo desta pesquisa compreende idosos com idade igual ou superior a 45 anos de idade, portadores de doenças crônicas (diabetes, hipertensão e asma), uma vez que, segundo estudos publicados na revista *British Medical Journal* (BMJ), este grupo é o mais propenso a ter complicações que podem vir a ocasionar, fatalmente, até mesmo o óbito por Covid-19. É nesse contexto que, os idosos inseridos no projeto, recebem atenção por meio de diversas ações, voltadas para o atendimento integral deste grupo.

PALAVRAS-CHAVES: Ações; Afeto; Cuidado; Relatos; Socialização.

Introdução

O início do ano de 2020 se deu com um vírus que não representa apenas um resfriado. O novo Covid-2019, popularmente conhecido como Coronavírus, foi capaz de suscitar uma agitação de ordem social e econômica mundial, refletindo em especulações sobre colapsos na assistência médica e a ascensão de uma pandemia mortal, disseminando pânico e medo. Autoridades governamentais programaram várias ações e a mais eficaz no mundo todo, enquanto não existe a previsibilidade de intervenção por meio da vacinação preventiva ou por vias medicamentosas, tem sido o isolamento de ordem social e coletiva, priorizando o grupo de risco que são os idosos e portadores de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, asma, dentre outras. (COSTA, 2020)

O isolamento social é um recurso de suma importância, tanto para reduzir a propagação do novo Covid-19 em nossa sociedade, como para resguardar a população idosa que está inserida no grupo considerado de maior risco. Enquanto esperamos uma solução por meio da ciência, o distanciamento social é o melhor mecanismo que assegura a nossa proteção.

Após o anúncio da Organização Mundial da Saúde (OMS), no que tange o cenário pandêmico atual, faz-se necessário, ainda mais, o reforço com o cuidado relativo à imunidade, bem como, medidas de proteção individuais e coletivas. Ter a imunidade fortalecida, pode reduzir as chances de contrair muitos tipos de infecções, incluindo a Covid-19. Embora fortalecer o sistema imunológico não impeça o contágio da doença, essa ação pode contribuir no combate ao novo vírus e na recuperação dos que, porventura, forem infectados. (MONTAGNA, 2020)

Dessa forma, a Universidade Federal do Tocantins (UFT), por meio da Dra. Neila e do Dr. Neto, criaram o Projeto "UMAnizando em tempo de Coronavírus", com vistas ao desenvolvimento do bem-estar e saúde mental dos idosos, uma vez que, o isolamento tende a aumentar o sentimento de solidão.

Nesse sentido, o foco é a orientação, visando a paciência e sabedoria dos idosos, tendo em vista que, todos podem e devem fazer a sua parte, respeitando o distanciamento social, a exemplo das experiências vivenciadas nos outros países, que ilustram bem essa situação, em que se faz necessária a colaboração em grande escala.

Muitos de nós, temos a presença de idosos em nosso convívio. Na realidade brasileira é comum que, crianças, jovens e idosos morem juntos. Por este motivo, é muito importante não isolar somente as pessoas com idade mais avançada, pois os mais novos, ao terem contatos externos, podem voltar infectados.

Dessa forma, devemos tomar os cuidados recomendados pelos órgãos de saúde, higienizando bem as mãos, eliminando o contato externo, sempre que possível, e, quando houver de fato necessidade de quebra dos protocolos de segurança, fazer uso dos equipamentos de proteção individual. A história nos ensinou, a exemplo de outras pandemias de ordem global, que por meio da tecnologia, esforços contínuos do poder público e cooperação mútua, as barreiras são rompidas e a perspectiva de alcance de um mundo melhor é perfeitamente possível.

Em observância a essas prerrogativas, este estudo tem o objetivo de coletar relatos dos idosos que vivenciam este momento de isolamento social e tiveram a oportunidade de experimentar o auxílio pelos netos postíços.

A metodologia utilizada neste relato de experiência está embasada na História Oral Temática que, segundo Montysuma (2006), busca discutir a singularidade do trabalho de campo, envolvendo a relação entre o pesquisador e as pessoas que se dispõem a prestar um relato, como condição de uma ciência que lida essencialmente com o sujeito.

Trata-se de um estudo descritivo, elaborado no contexto da Pandemia do Covid-19, de relato de experiência, da Universidade Federal do Tocantins (UFT), que tem como objetivo principal, apoiar esse grupo social no período do isolamento, com atendimento de cunho pedagógico, psicológico e orientativo por meio da terapia ocupacional e de ações voltadas para a alimentação.

O acompanhamento dos acadêmicos da Universidade da Maturidade (UMA) se deu a partir do desenvolvimento de práticas, abordando temas relacionados. A base metodológica utilizada na atividade foi a entrevista com os idosos inseridos no projeto, por meio de ligações telefônicas, aplicativos de comunicação instantânea e visitas presenciais, quando necessário, em observância às recomendações dos órgãos sanitários, visando sempre o cuidado e zelo pela saúde de todos os envolvidos no processo.

A Universidade da Maturidade possui tecnologias referenciadas, tanto no Brasil como no exterior. Em 13 de fevereiro de 2020, completou 14 anos de fundação. Cerca de cinco mil idosos já passaram por ela. Atualmente, o programa é desenvolvido nos campi de Araguaína, Palmas e Porto Nacional. A necessidade de aproximação entre universidade-comunidade, somada à demanda reprimida de ações educativas para a terceira idade e às características psicossociais próprias dessa fase da vida (gosto pelo convívio, participação nas aulas, disciplina, cuidados com a saúde e muitos outros), suscitaram a criação do projeto em tela, que apresentou excelentes resultados ao longo de sua atuação.

Neto Postiço em tempos de Coronavírus é um projeto que integra Pós-graduandos da Universidade Federal do Tocantins, que se colocaram à disposição dos idosos para entrarem em contato com eles, por meio de ligação telefônica, realizarem compras em farmácias, supermercados; levar para o conserto, máquinas de costura, óculos; passear com os cães, caso necessário e estar, sobretudo, de prontidão, para atender outras necessidades que possam ser sanadas sem incorrer riscos para ambas as partes. Essas ações dão voz ativa aos idosos, por meio desse projeto democrático, que tem sua eficiência prática, visualizada por meio do diálogo.

Uma rede de suporte social pode se tornar crescentemente desafiadora para os idosos em tempos normais, e, mais ainda, em cenário de pandemia global, em que todos estão isolados, com receio de ter contato presencial. Infelizmente, as pessoas com idade mais avançada, são menos valorizadas e não se observam ações, por parte do poder público, para dar um suporte de qualidade integral para esse grupo social. O relato a seguir é de uma idosa que se encontra angustiada, por todos os fatores do isolamento social, em especial, por não poder ir às missas para elevar suas preces e realizar os ritos e crenças referentes ao dízimo. O apoio de um neto postiço, nesse momento, amenizou suas preocupações.

Jandira relatou que durante as semanas que se seguiram, ficou muito triste e chorou bastante, pois continua trancada em casa. Não pôde ir ao velório de duas pessoas amigas. Sua nora Suerlene continua indo em sua casa todos os dias e fazendo suas compras. Os filhos já foram visitá-la, mas ficam pouco tempo. Os sobrinhos continuam ligando, mas não estão indo em sua residência. Dona Jandira está preocupada com a quarentena, pois quer o retorno das aulas, e isso a deixa pensativa e triste com toda essa incerteza. No domingo, a neta postiça da Universidade da Maturidade ligou para ela e percebeu o quanto estava triste, pois chorou bastante. Na segunda-feira, a neta postiça fez uma visita à Jandira com os cuidados necessários. Ela disse que estava triste demais, porque continuava preocupada com esta pandemia e “que ainda bem que era acostumada a ficar dentro de casa, se não, nem saberia como seria”. Pediu que eu levasse o dinheiro do dízimo no escritório da igreja. Dona Jandira reza o terço todos os dias e acompanha a missa aos domingos na rádio. Tal ação a conforta muito e afirma que com fé em Deus tudo vai passar. (ENTREVISTADA 1).

Os idosos devem ser tratados com amor, carinho, respeito e ternura, principalmente aqueles que moram sozinhos e não têm a presença ativa e contínua, de membros da família. Os jovens podem iluminar o coração e a vida dos idosos. Aqueles cujos laços da vida estão se enfraquecendo, necessitam do benéfico do contato com a esperança e a vivacidade da juventude. Os jovens, por sua vez, podem ser auxiliados pela sabedoria e a experiência dos idosos. O contato com um necessitado de simpatia, paciência e abnegado amor, é uma inapreciável bênção para muitas pessoas.

Amar é cuidar. O próximo relato é de uma idosa de 56 anos que adotou uma criança de 12 anos, que é a única que mora com ela. Essa idosa teve cinco filhos, mas sempre se sentiu sozinha. Hoje, está muito feliz por ter conhecido o projeto da UMA.

No início, eu estava muito triste, chorava por tudo. Estava com depressão, porque não podia sair de casa e nem estudar. Fiquei tão feliz com o caderno de atividades, que vocês me deram e ainda tenho uma

professora que me ajuda todos os dias a corrigir minhas tarefas. Fico tão feliz com as mensagens que enviam para mim diariamente e com o cuidado de vocês. Graças a Deus que você liga para mim. Hoje, eu estava orando porque fiquei sabendo de uma amiga que estava internada com esse coronavírus. Perguntei para Deus: Quem vai cuidar dela? Recebi notícias que ela está melhor, graças a Deus. Você é um anjo! Às vezes, eu não tenho ninguém para conversar e aí você liga, e isso é como se fosse um remédio em minha vida. Posso estar triste, mas quando você me liga tudo melhora em minha vida. Pode me ligar quantas vezes quiser! Algumas vezes, converso sozinha, porque a gente é carente e conversar com alguém até espairose. Tem filhos que nem ligam para gente e vocês dão atenção. Minhas netas postiças, vocês são a família que não tenho. Isto é um milagre. Não tenho palavras para agradecer. Gosto de conversar com pessoas positivas, gente que quer derrubar não quero nem saber. Quero próximo de mim quem me faça crescer. Eu me sinto numa felicidade que parece que tomamos remédio. Nunca me senti tão amada e tão querida por ter encontrado vocês da UMA. (ENTREVISTADA 2)

O sair de si, ajudando o outro, é uma forma de afeto que, como se percebe, promove a saúde do voluntário e do voluntariado. No entanto, assim como qualquer forma de trabalho, o voluntariado exige uma avaliação rigorosa de capacidades, de preparo e supervisão. Isso evita frustrações e permite que se aproveite essa vontade tão iluminada de ajudar ao próximo. Estender a mão ao próximo é um legado.

Envelhecer é adaptar-se para uma nova fase da vida, tanto para o idoso como para os filhos. A família é essencial para a qualidade de vida deste grupo social. Consta em legislação vigente, no Estatuto do Idoso, a função da família, de proteger, alimentar e cuidar da dignidade dessas pessoas. Todavia, a rotina não é fácil. A cada dia, observa-se uma grande quantidade de idosos que não têm a simples atenção dos filhos para realizarem atividades que são simples, mas que precisam de um olhar de atenção para atender às suas necessidades. Expressar afeto a cada dia é uma das técnicas mais eficazes para suavizar as ásperas arestas da vida familiar, conforme é ilustrado no próximo relato:

Eu tenho 82 anos e moro com dois netos. Meu sonho é aprender a ler e escrever. Gosto muito de fazer caça palavras. Ainda não tenho celular com WhatsApp. Já comprei dois para os meus netos e depois vou comprar um para mim, para que assim possa conversar vendo as pessoas. Tenho uma amiga que me ligou e falou de uns netos postiços da Universidade da Maturidade, que estavam ajudando os velhos nesta quarentena. Ela disse que iria passar meu número para eles, pois cuidam melhor que nossa família. Meus netos que moram comigo não me ajudam muito. Nesta semana minha neta postiça ligou para mim. A princípio fiquei meio desconfiada. Depois, ela acabou me cativando. Pedi que ela viesse me visitar. Ela veio com o rosto coberto por uma máscara e me trouxe um livrinho para eu fazer atividades. Como fiquei feliz! Nunca tive uma professora me ensinando em casa! Eu falei para ela que meus óculos estavam quebrados. Ela prontamente me pediu

permissão para ir até uma ótica para arrumar a perna dos óculos. Quando ela estava saindo eu disse: Nem meus filhos fazem o que você está fazendo por mim. Ela me liga constantemente, e, às vezes, até canta uma música para eu ouvir no telefone. Nunca me senti tão amada por alguém que nunca fiz nada e nem conhecia. Outro dia, ela veio me visitar e eu fiquei tão grata que coloquei um perfume na bolsa dela sem ela perceber. Outro dia, quando minha neta postiça me ligou eu falei para ela que estava com medo de passar esta quarentena e ela não me ligar, não vir em minha casa, pois ela vai voltar a trabalhar e não sei se terá tempo mais para mim. Mas, ela disse que não vai me abandonar. Fiquei muito feliz! Ela é bem positiva. Gosto de pessoas assim. Gosto muito do interesse dela por mim. É uma força que está me dando. Ficamos muito tempo conversando no telefone. Ela me fala coisas engraçadas que me fazem sorrir muito. Eu até esqueço os meus problemas depois que falo com ela. Tenho 12 netos. Mas, a minha neta postiça vale pelo dobro dos meus netos. Sou grata a Deus por ela ter aparecido em minha vida. (ENTREVISTADA 3)

Segundo Ardem (2014), vários estudos demonstram que os riscos para a saúde mental, incluindo a depressão aumentam drasticamente para as pessoas mais velhas quando estão isoladas e solitárias.

O suporte social manifestando atenção, pode ser feito também por meio de ligações diárias ou semanais. Afinal, nenhuma pessoa é uma ilha em si mesma. Essa ação pode fazer com que o idoso passe de um estágio passivo para o ativo, na construção de uma nova perspectiva de vida, por meio de uma amizade, tem em vista que “qualquer coisa que contribui para o amor e intimidade, a conexão e a comunidade, é curativa” (ORNISH, 1998, p. 23). Também declara que, “quando nos sentimos amados, bem cuidados e íntimos, temos maior probabilidade de ser feliz e de ter saúde. É menor o risco de adoecer e, se adoecer, é maior a chance de sobreviver” (ORNISH 1998, p. 32).

Várias pesquisas citadas por esse autor corroboram com a relevância do amor para a saúde de todas as pessoas. Destacam também a importância de dar e receber esse sentimento, além de mostrar o quão prejudicial, o isolamento social, sem atenção e carinho pode ser. O contato telefônico tem sido muito bem utilizado nesses tempos, porque através de uma ligação, com uma conversa carregada de otimismo e boas risadas, pode melhorar o estado de ânimo de uma pessoa.

Rir é o melhor remédio. Partilhar uma risada com alguém pode melhorar a sua disposição e a sua saúde. Um senso de humor sadio pode liberar a pessoa da tensão do dia a dia e da preocupação que contribui para o acúmulo do estresse. Quando você e outra pessoa partilham de um discernimento humorístico ou de uma perspectiva engraçada sobre uma situação, ambos se desligam da tensão e ficam mais leves quando se unem. (ARDEM, 2014, p. 239)

O relato a seguir é de uma idosa de 61 anos, que é cardiopata e mora sozinha. Afirma que mesmo que a família ligasse algumas vezes, ela ainda se sentia sozinha, mas após receber os cuidados e atenção de uma neta postiça, passou a sentir-se muito melhor.

Eu não tenho como agradecer o carinho e atenção por mim. Só Deus mesmo para agradecer o que vocês têm feito. Minha vida melhorou bastante depois que comecei a receber a sua atenção, porque antes eu estava ficando meio deprimida e ao entrar em depressão, minha pressão estava sempre 15, 16, mesmo tomando os remédios. Mas aí, comecei a conversar contigo. Eu mudei muito, minha pressão está normal e só de a gente conversar, dar risada, esse carinho e amor que tem por mim estão sendo gratificante e maravilhoso. Nos tornamos tão íntimas que parece que já sou da sua família. Converso com seus pais e seu sobrinho de dois anos de idade. Ele até diz que me ama. Eu acho tão lindo. Dra. Neila, eu agradeço do fundo do meu coração, porque tem entrado na minha vida muitas pessoas boas para conversar comigo. Todos os dias, passa um áudio para mim perguntando como estou e o que estou fazendo. Está sendo muito gratificante. Obrigada mesmo, do fundo do meu coração e Deus abençoe. (ENTREVISTADA 4)

Não há tarefa mais exigente para nossa mente do que nos relacionarmos bem, do que participarmos de um bom diálogo. A boa conversa é muito mais estimulante para o cérebro do que preencher palavras-cruzadas, ou ler um livro de muitas páginas.

Lee (2020), nos lembra a regra de ouro, que explica a seguinte retórica, "trate os outros como gostaria de ser tratado". Este ditado vai muito além de simplesmente ser gentil com as pessoas, ou sair de sua rotina para estar disponível e útil para os necessitados. Nisso consiste – principal, ainda que não exclusivamente – a capacidade de expressar bem os afetos, de compreender o outro, de interessar-se por ele, de sair de si. Em suma, de amar, que significa também cuidar do outro. Quando nosso olhar está atento para ajudar o próximo, a vida em sociedade se torna mais significativa, tanto para quem ajuda, como para quem é ajudado. Vivemos em tempos de muita angústia que desemboca em um sentimento de vazio. Vemos corpos inquietos e almas sufocadas clamando por atenção e carinho. Almeja-se que o amor, atenção e carinho demonstrando por cada idoso, seja muito mais vivido como nesses relatos aqui apresentados. A seguir, pode-se observar claramente, a máxima pautada Lee (2020) na explanação supracitada.

Eu sou uma velha de 70 anos. Tenho dois filhos que são casados, mas eles vivem no mundo, não me dão atenção e cuidam lá da vida deles. Eu fico aqui, nesse barraco, sozinha. Eu e minhas dores. Nesta semana, fiquei muito feliz, porque recebi da minha neta postiça, uma cesta de

alimentos, e ainda, ela levou minha máquina de costura que estava quebrada para consertar. Agora vou fazer máscaras para poder doar. Deus é maravilhoso. Ainda existe gente boa na Terra. E, hoje, apareceu uma vizinha pedindo comida, tadinha. Eu fui lá e dei o único açúcar que eu tinha e outras coisinhas. Olha só, hoje mesmo ganhei outro açúcar desse anjo. Foi Deus que mandou essa pessoa. A minha netinha postiça sempre me liga para saber se estou precisando de algo. Ela vai ao sacolão comprar frutas e verduras para mim. Outro dia, eu estava com uma vontade de comer tapioca, mas não tinha polvilho. Ela veio trazer aqui em minha casa. Quero muito agradecer a Deus por vocês terem aparecido em minha vida. Foi a melhor coisa que já me aconteceu. Minha vida não estava tendo sentido. E quando vocês apareceram eu fiquei muito feliz e tenho certeza de que não é só eu não. Todas as pessoas que estão tendo o cuidado de vocês tem falado para mim do quanto estão se sentindo mais amados e se sentem importantes agora. Vocês são maravilhosos, dão atenção, não têm orgulho e nos tratam com carinho e respeito sem querer nada em troca. Isto é muito bonito! Eu amei! (ENTREVISTADA 5).

Segundo Caldas (2002), "o cuidado dos idosos na maior parte do mundo, é realizado voluntariamente e sem remuneração, por um sistema de suporte informal: a família, os amigos, vizinhos e membros da comunidade". Cuidar não é tutelar. Cuidar é reconhecer as necessidades, as singularidades e os desejos do outro. É prezar por sua autonomia, que pode ser expressa em pequenos gestos. Esse é um valor muito caro para todos nós e não seria diferente para com os idosos. Nosso tempo pede que haja solidariedade entre gerações. Isso envolve cuidado, contato e afeto. Temos visto diversas manifestações nesse sentido, em que vizinhos se disponibilizam para fazer compras para quem necessita, além de auxiliar em demais tarefas diárias. A exemplo de manifestação de cuidado apresenta-se o relato a seguir.

Quando fiquei sabendo desta quarentena, me entristeci bastante. Apesar de ter quase 60 anos, faço diárias e ninguém me chama mais para trabalhar. Mas, graças a Deus, tenho uma neta postiça que me liga constantemente para saber como estou e pergunta se estou precisando de algo. Durante estes dois meses de pandemia, já recebi duas cestas básicas. E, quando ela pode, vem me visitar. Outro dia, eu estava sentindo muitas dores no corpo, tossindo muito. Fui ao médico e disseram que eu estava com dengue. Ela veio em minha casa trazer água de coco para eu me hidratar. Depois de alguns dias, comecei a sentir dores nas costas e a tosse continuava. Minhas unhas dos pés e das mãos ficaram roxas. Eu achei que iria morrer. Minha neta postiça me ligava diariamente e sugeriu que eu fosse ao médico novamente e pedisse um exame detalhado do pulmão. Fui ao hospital e só me atenderam, porque eu disse que estava morrendo. Fizeram um exame do meu pulmão. Eu estava deitada quando vieram me dar o resultado. Disseram que eu estava com o Coronavírus. Receitaram alguns remédios e pediram para eu voltar para casa e que eu ficasse em um quarto separado em quarentena e que separassem todos os meus talheres e roupas do demais. Não quiseram me dar nenhum laudo da

doença. Disseram que estava no sistema e que se eu piorasse, eu voltasse ao hospital. Pedi a minha neta postiça para agendar um exame de Covid-19 para eu fazer. Ela fez meu cadastro e está aguardando vagas para eu ir lá. Até nisto esta minha neta tem me ajudado. Não tenho palavras para agradecer tanto cuidado. Estou me recuperando, estou quase curada e saiba que você, netinha postiça, me ajudou bastante para superar este momento tão delicado em minha vida. Você suavizou os meus dias de dores. Muito obrigada! (ENTREVISTADA 6).

Infelizmente, os idosos estão sendo privados de fazerem muitas coisas que gostam. O importante, nesse momento, é disponibilizar a eles todo carinho e atenção que eles merecem. De acordo com Correa (2020), “não é o momento de a velhice ser tomada como um fardo social ou familiar. Ela não deve ser colocada na coluna de débito em uma situação de crise social como a que estamos enfrentando”. As vidas dessas pessoas são muito valiosas, uma vez que, elas são pais, avós, amigos, o amor de alguém. O próximo relato ilustra que a presença, seja ela, de perto ou de longe, ajuda, irrefutavelmente, pois transmite carinho e afeto, conforme se observa por meio da gratidão, aqui, personificada.

De início, fiquei nervosa por não poder sair de casa. Também fiquei um pouco triste com a paralização dos serviços da UMA e do SCFV, mas com as ligações recebidas, fui acalmando o coração e fazendo os exercícios que foram sendo passados nos grupos. Estou sendo bem tratada. A minha filha mora ao lado da minha casa e me dá todo o suporte necessário. O meu filho mesmo morando em outro setor, sempre vem me visitar e os meus amigos da UMA me ligam regularmente. O que me deixa contente, nesses últimos dias, é que até o mês de março de 2020, não houve nenhum caso confirmado da Covid-19 na minha cidade. Tenho um filho cadeirante, que os seus irmãos estão se alternado para cuidar das suas necessidades, como cuidados de higiene, banho e nesse mesmo horário que eles vêm cuidar dele, eles aproveitam e me visitam. Faço caminhada todos os dias na minha rua, pois estou com pouco movimento e quando acabar essa quarentena é preciso ser feito uma festa para comemorar. (ENTREVISTADA 7)

Manter-se ativo na terceira idade é importante, não só durante a quarentena. Estar ativo é primordial para a saúde física, mental e emocional. Principalmente quando se trata dos idosos, que merecem maior cuidado por estarem entre os acometidos mais gravemente pelo Coronavírus, conforme supracitado. Mesmo em situação de recolhimento domiciliar, a entrevista acima, não fica parada; busca sempre ocupar o seu tempo.

A terceira idade é um período de grandes transformações para o indivíduo. Isso inclui uma série de mudanças físicas, aposentadoria, doenças, afastamento ou perda de pessoas queridas, além de uma redução da independência e autonomia, de modo geral.

As adversidades dessa fase da vida, de acordo com os psicólogos, fazem com que o sentimento de solidão se torne ainda mais agudo para quem já passou dos 60 anos, aumentando o impacto do isolamento na sua saúde mental.

Dessa forma, fica nítido que, os cuidados com esse grupo social devem ser contínuos e constantes, e, não devem se pautar, somente em período de calamidade pública, como é o que vivenciamos, atualmente, em detrimento da pandemia de ordem global. Vale ressaltar que, antes da Covid-19, esse grupo já era uma mazela social e vivia longe dos olhares sociais da humanidade.

Acima de qualquer coisa, a atenção e o carinho com pais, avós e parentes mais velhos, constituem um ato único de puro amor. É um compromisso com os mais nobres ideais humanos, que abrangem, desde cuidados simples, até o acompanhamento de sua rotina, de comprar algo que esteja necessitando ou até a simples atenção, passando por sua integração familiar e social.

Sendo assim, o cuidado intergeracional com o idoso promovido pela UMA (Universidade da Maturidade do Tocantins), por meio do neto postíço, tem sido direcionado pelo respeito e pela preservação da autonomia de cada um, dando voz aos idosos, e considerando, ainda, a importância da presença condicionada ao respeito à totalidade e à complexidade das pessoas, bem como, aos seus modos de vida e valores culturais, conforme explica Rivas (2020). Uma reflexão é suscitada, para que tenhamos empatia para alcançar as reais necessidades desse grupo social, proporcionando, de fato, a melhor qualidade integral de vida possível para eles. Trata-se de uma atitude responsável e solidária atinente a vida, que nos é apazível no desenvolver desse processo – os que necessitam dessa prática e os que atendem às necessidades dos idosos.

Considerações Finais

A pandemia em escala global esconde uma faceta cruel e traiçoeira. São cada vez mais comuns, os casos de idosos abandonados à míngua em asilos, e em suas casas, em meio à disseminação da COVID-19.

Os idosos formam o grupo que corre mais risco de desenvolver as complicações relacionadas a esse vírus, que, inclusive, podem levar à perda irreversível da vida. A

orientação tem sido que eles fiquem isolados e os jovens, especialmente as crianças, mantenham distância das pessoas com mais de 60 anos.

Segundo Rivas (2020), “a ciência demonstrou que, para os mamíferos sociais, o contato é tão importante como a luz solar. Por isso, o distanciamento social está provocando efeitos físicos de diferentes alcances”. De acordo com pesquisas realizadas recentemente no Instituto de Pesquisa do Toque da Universidade de Miami, que tem como fundadora, a Doutora Tíffany Field, pode-se observar a seguinte afirmação em uma entrevista:

O confinamento permitiu que sua equipe iniciasse outros estudos, que não deixam de gerar dados interessantes: 26% dos sujeitos de pesquisa dizem que a quarentena fez com que sentissem muita falta de contato, enquanto 16% afirmaram sentir falta moderada. No entanto, 97% relataram problemas para dormir, Field atribui essas dificuldades à falta de serotonina, um dos hormônios cujos níveis aumentam quando tocamos e somos tocados. A insônia pode ser um efeito colateral da pandemia. (RIVAS, 2020)

De acordo com o supracitado, estudiosos deduziram que a falta de contato social e físico diminui a imunidade do nosso corpo, tornando-o mais suscetível aos vírus, como um todo, em especial, ao COVID-19. O distanciamento social pretende evitar a disseminação desse inimigo invisível. Em observância ao fator, isolamento, e em resposta à solidão, com o propósito de amenizar a angústia e os drásticos efeitos dela, a UMA, viu-se no dever de criar o programa Neto Postiço, para auxiliar, apoiar e prever suprimento das necessidades que os idosos têm enfrentado durante a pandemia.

Diante desta situação, as famílias se vêem divididas entre a saudade e a necessidade de preservar as vidas de pais e avós e com a prerrogativa de atendimento às situações cotidianas dos idosos. Assim, eles não sabem como ajudá-los, tendo em vista que não podem manter contato presencial, uma vez que, a recomendação dos especialistas é evitar visitas.

No presente estudo foi constatado que, a própria família não consegue conciliar a necessidade de manter os idosos sempre supridos, seja de afeto ou de suas necessidades fisiológicas. As principais dificuldades encontradas foram o próprio isolamento social que gerou o sentimento de angústia nos idosos, por não poderem realizar suas atividades de rotina e a preocupação deles, com os membros da família que eles são responsáveis.

Evidencia-se que, apesar de todas as mudanças no modo de viver de todas as pessoas, pode-se dizer que, houve um avanço, no que diz respeito às questões de

afetividade. Passou-se a constatar o lar como um ambiente de carinho e afeto, com necessidade de valorização, ainda mais dos entes que amamos, sejam eles do círculo familiar ou não, resultados dessa ação que desemboca em um grupo, hoje, mais fortalecido.

A necessidade de se manter o isolamento social durante a pandemia, não significa distância de afeto. Com as ações do neto postiço, a vida destas pessoas passou a ter mais sentido. Eles se sentiram cuidados e amados, amenizando o sentimento da falta que sentiam dos seus familiares neste período peculiar da história do mundo. Os nossos idosos se sentiram importantes e acolhidos, fato este, que resulta na liberação dos hormônios da felicidade, como a endorfina, dopamina, serotonina e ocitocina. Sentir-se bem é algo indissociável para humanizarmos em tempos de COVID-19.

Referências

- ARDEM, J. Vitalize seu cérebro. São Paulo: Figurati Ltda, 2014.
- CALDAS, C.P. Contribuindo para a construção da rede de cuidados: trabalhando com a família do idoso portador de síndrome demencial. *Textos Envelhecimento*. Rio de Janeiro, v. 4, n. 8, 2002.
- COSTA, Liziane Nunes Conrad. Made in China. Coronavírus: a ponta de um “iceberg” de irresponsabilidade e desrespeito pelas leis naturais. *Vida e saúde*, v. 8, 2020.
- CORREA, Mariele Rodrigues. Cuidados com o idoso em tempos de pandemia. Disponível em: <https://www2.unesp.br/portal#!/noticia/35644/cuidados-com-o-idoso-em-tempos-de-pandemia>. Acesso em 29 de abril de 2020.
- LEE, Georgia. A Regra de Ouro: Trate os outros como você quer ser tratado. Miami, EUA. Disponível em: <https://www.familia.com.br>. Acesso em 29 de abril de 2020.
- MONTAGNA, Para. Guerra declarada. *Vida e saúde*, v. 9, 2020.
- MOTYSUMA, Marcos Fábio Freire. Um encontro com as fontes em História Oral. *Estudos Ibero-Americanos*. Rio Grande do Sul, 2006, v. XXXII, n. 1, p. 117-125.
- ORNISH, D. Amor & sobrevivência: a base científica para o poder curativo da intimidade. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.
- RIVAS, Silva Lopes. Neurociência explica por que temos “fome de pele” e precisamos de abraços. *El país*. Espanha, 2020. Disponível em: <https://brasil.elpais.com/smoda/2020-05-16/neurociencia-explica-por-que-temos-fome-de-pele-e-precisamos-de-abracos.html>. Acesso em 16 de maio de 2020.

ANA ALVES CARVALHO, entrevista concedida a Alessandra de Oliveira Vilela, 04 de maio de 2020, Novo Gama – Goiás.

FRANCISCA DA SILVA, entrevista concedida a Alenilda de Oliveira Vilela, 25 de abril de 2020, Novo Gama – Goiás.

MARIA NELMA, entrevista concedida a Alenilda de Oliveira Vilela, 27 de abril de 2020, Novo Gama – Goiás.

MARIA AUXILIADORA DE ALMEIDA SILVA, entrevista concedida a Alenilda de Oliveira Vilela, 28 de abril de 2020, Palmas, Tocantins.

MIGUELZINHA GABRIEL DE ARCANJO, entrevista concedida a Eliane Lima do Nascimento Borges, 28 de abril de 2020, Dianópolis, Tocantins.

ROSILDA RODRIGUES DA SILVA, entrevista concedida a Alenilda de Oliveira Vilela, 30 de abril de 2020, Novo Gama, Goiás.

TERTULIANO WALADARES DE SOUSA, entrevista concedida a Eliane Lima do Nascimento Borges, 28 de abril de 2020, Dianópolis, Tocantins.

ABSTRACT:

The present research was carried out in the period of social isolation (quarantine), in March 2020. The objective was to know reports of actions that UMA (University of Maturity of the Federal University of Tocantins) develops, through reflection on the benefits from the Neto Postiço project. The target audience of this research comprises elderly people aged 45 years or older, with chronic diseases (diabetes, hypertension and asthma), since, according to studies published in the British Medical Journal (BMJ), this group is the most prone to have complications that may fatally cause even death by Covid-19. It is in this context that, the elderly inserted in the project, receive attention through several actions, aimed at the comprehensive care of this group.

KEYWORDS: Actions; Affection; Watch out; Reports; Socialization.

RESUMEN:

La presente investigación se realizó en el período de aislamiento social (cuarentena), en marzo de 2020. El objetivo era conocer informes de acciones que desarrolla la UMA (Universidad de Madurez de la Universidad Federal de Tocantins), a través de la reflexión sobre los beneficios del proyecto Neto Postiço. El público objetivo de esta investigación comprende personas mayores de 45 años o más, con enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión y asma), ya que, según estudios publicados en el British Medical Journal (BMJ), este grupo es Covid-19 es el más propenso a tener complicaciones que pueden causar la muerte, incluso la muerte. Es en este contexto que, las personas mayores insertadas en el proyecto, reciben atención a través de varias acciones, dirigidas a la atención integral de este grupo.

PALABRAS-CLAVES: Acciones; Afecto; Cuidado; Informes; Socialización o.