

IPASEM / NH
Instituto de Previdência e Assistência dos Servidores Municipais de Novo
Hamburgo/RS

*Projeto Grupo de Convivência: Um Espaço de Cuidados aos aposentados e
pensionistas do IPASEM - NH*

Ana Laís Kissmann
Psicóloga
Evelyn M Silva
Assistente Social

Novo Hamburgo

Setembro /2024

1. INTRODUÇÃO

Os grupos de convivência para idosos são estratégias reconhecidas nacionalmente por promoverem o envelhecimento ativo, conforme definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (2002), e adaptado ao contexto brasileiro pelo Ministério da Saúde (2010). O envelhecimento ativo no Brasil se refere ao processo de otimizar oportunidades de saúde, participação e segurança para melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem. Esse conceito inclui aspectos físicos, sociais, psicológicos e emocionais.

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2021) indica que a expectativa de vida no Brasil tem aumentado gradualmente, atingindo entre 75 e 77 anos. Esse envelhecimento populacional exige que as políticas públicas sejam reformuladas para incluir ações que promovam a qualidade de vida durante a aposentadoria. Conforme Neri (2010), a aposentadoria pode ser um período de vulnerabilidade psicológica, especialmente quando associada ao isolamento social e à perda de papéis produtivos. O pensionamento, por sua vez, frequentemente envolve o luto e a necessidade de reorganização familiar, como destacam estudos brasileiros sobre saúde mental na velhice (Faleiros, 2011).

Com base nessas evidências, o projeto "**Grupo de Convivência: Um Espaço de Cuidados aos Aposentados e Pensionistas do IPASEM - NH**" surge como uma iniciativa para apoiar o bem-estar social e emocional de aposentados e pensionistas de Novo Hamburgo, fortalecendo o envelhecimento saudável e ativo por meio do apoio social e da integração comunitária.

2. OBJETIVOS

- Proporcionar um espaço de diálogo e troca de experiências;
- Promover o acesso a informações relevantes para a saúde e bem-estar;
- Incentivar a socialização e o fortalecimento de redes de apoio;
- Estimular a prevenção de doenças e o cuidado com a saúde física e mental.

3. JUSTIFICATIVA

As ações desenvolvidas pelo setor de Recursos Humanos e pelo Serviço Social do IPASEM mostram uma tendência crescente de isolamento social entre aposentados e pensionistas, o que aumenta o risco de adoecimento físico e mental, conforme a literatura nacional sobre envelhecimento e saúde (Camargos et al., 2013). A criação de espaços de convivência visa reduzir o isolamento e proporcionar apoio mútuo. A Teoria do Suporte Social, adaptada ao contexto brasileiro por Griep et al. (2003), aponta que as interações sociais positivas podem melhorar significativamente a saúde mental e física dos idosos.

4. METODOLOGIA

Os encontros serão quinzenais, realizados em espaços cedidos pelo IPASEM ou em locais públicos de fácil acesso em Novo Hamburgo. A cada encontro, atividades serão planejadas com base nos interesses dos participantes. A equipe técnica, composta por uma Assistente Social e uma Psicóloga, adotará uma abordagem interdisciplinar, abordando aspectos emocionais, sociais e de saúde dos aposentados e pensionistas.

O grupo seguirá uma lógica socioeducativa, conforme proposto por Mito (2016). Essa abordagem promove tanto a socialização de informações quanto o desenvolvimento de uma consciência crítica, inspirada nos princípios de Paulo Freire (1987). A metodologia inclui rodas de conversa e atividades reflexivas, que permitirão que os participantes discutam suas vivências e desafios de forma colaborativa.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

CAMARGOS, M. C. S.; PERPÉTUO, I. H. O.; MACHADO, C. J. Expectativa de vida ativa entre idosos no Brasil, 2013. *Revista Brasileira de Estudos de População*, v. 30, n. 2, p. 1-15, 2013.

FALEIROS, V. P. Envelhecimento e Subjetividade. São Paulo: Cortez, 2011.

FREIRE, P. *Pedagogia do Oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

GRIEP, R. H.; CHOR, D.; FAERSTEIN, E.; LOPES, C. S. Suporte social: confiabilidade e validade de escala no Estudo Pró-Saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 19, p. 867-876, 2003.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Tábua completa de mortalidade para o Brasil 2021. Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

MIOTO, R. C. T. O serviço social e o trabalho com grupos: uma estratégia socioeducativa. In: CFESS (Org.). *Trabalho Social com Famílias: desafios para o Serviço Social*. Brasília: CFESS, 2016.

NERI, A. L. *Qualidade de vida na velhice: Enfoque multidisciplinar*. Campinas: Alínea, 2010.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Envelhecimento ativo: Uma política de saúde*. Brasília: OMS, 2002.