

Área temática: Saúde

## **AS CONTRIBUIÇÕES DOS CÍRCULOS DE CULTURA NA AUTOESTIMA DE IDOSOS EM UMA UNIDADE BÁSICA NO MUNICÍPIO DE CAJAZEIRAS – PB**

Larissa Clementino de Moura<sup>1</sup>, Wesley da Silva Lima<sup>1</sup>, Julliana da Costa Macedo Paiva<sup>2</sup>

O projeto teve uma de suas ações desenvolvida com alguns idosos usuários da Estratégia Saúde da Família (ESF) Sol Nascente, localizada no município de Cajazeiras, contribuindo para o fortalecimento da saúde mental do referido público por meio de círculos de cultura voltados a saúde mental. A experiência vivenciada faz parte de uma das ações do Programa de Bolsas de Extensão – PROBEX vinculado ao Centro de Formação de Professores (CFP) da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), acerca da autoestima no processo de envelhecimento, no qual participaram idosos do sexo feminino e masculino usuários da unidade e convidados para este momento em grupo. Inicialmente foi desenvolvida uma dinâmica de acolhimento seguida de um espaço de discussão a respeito das alterações decorrentes do processo de envelhecimento, na qual todos participaram e mostraram satisfação em poder relatar suas vivências e concepções, sendo finalizada com outra dinâmica sobre as qualidades de cada um com uma reflexão final. Observou-se de início uma aceitação dos aprendizes quanto ao envelhecimento como algo fisiológico do ser humano, porém ao aprofundar-se nas vivências do cotidiano, houveram queixas quanto à diminuição da capacidade física e a diminuição da efetividade do sistema imunológico, redução da acuidade visual e principalmente as mudanças físicas ocorridas ao longo dos anos. As rugas, o aumento do peso, o branquear dos cabelos e a calvície foram as preocupações mais citadas, principalmente pelo sexo feminino. Essas questões tiveram um olhar voltado mais para a crítica e com menos culpabilidade e submissão, devido à sensibilização e o empoderamento do referido público, de forma que, após as reflexões, os mesmos estavam cientes de sua função na sociedade e que os cabelos grisalhos acompanham ricas conquistas e aprendizados.

**Palavras-chave:** autoestima, círculo de cultura, empoderamento, idosos

<sup>1</sup>Aluna do curso de enfermagem, voluntária, larissa1001.lm@gmail.com; aluno do curso de enfermagem, voluntário, wesley1958@live.com;

<sup>2</sup>Coordenadora, jullianamacedo@bol.com.br;