



RESUMO

Percepção de idosas sobre envelhecimento, beleza e cuidados com o corpo: um relato de experiência

AUTOR PRINCIPAL:

LARISSA ROBERTA CORSO

E-MAIL:

larissacorso007@hotmail.com

TRABALHO VINCULADO À BOLSA DE IC::

Não

CO-AUTORES:

Monyke Strzelecki, Rafael Bernardi de Oliveira, Roberto Dal Corso

ORIENTADOR:

Thais Caroline Fin

ÁREA:

Ciências Biológicas e da Saúde

ÁREA DO CONHECIMENTO DO CNPQ:

MEDICINA

UNIVERSIDADE:

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

INTRODUÇÃO:

O envelhecimento é caracterizado pelo declínio progressivo na eficiência dos processos fisiológicos após a fase reprodutiva (OKUMA, 2002), resultante de vários eventos biológicos ocorridos no decorrer do ciclo da vida, os quais acontecem em ritmos distintos para cada indivíduo, em virtude de fatores intrínsecos e extrínsecos. Embora o envelhecer seja algo natural aos seres vivos, as representações do que seja este processo mudam em função do tempo e do contexto sociocultural e, especialmente, para as mulheres, também são relacionadas às questões relativas a beleza. Assim, além das alterações psicológicas e sociais, as alterações físicas, principalmente na pele, nos cabelos e na condição física são transformações que causam grande impacto às mulheres idosas (ZIMERMAN, 2000). Nesse sentido, este trabalho objetiva relatar os resultados de uma oficina realizada com o grupo de mulheres idosas cuja temática tratava do envelhecimento e suas relações com a beleza e o cuidado com o corpo.

METODOLOGIA:

A experiência se desenvolveu por meio de encontros, como parte das atividades pertinentes ao acompanhamento dos usuários na atenção básica, no município de Passo Fundo/RS. Nesse trabalho relata-se o desenvolvimento de um encontro com duração de duas horas, ocorrido no primeiro semestre de 2012. Participaram um grupo nove mulheres idosas com idade entre 62 e 86 anos. O encontro seguiu um roteiro de quatro momentos, iniciando com uma dinâmica cujo tema era "meu corpo ontem, meu corpo hoje", sendo solicitado o pronunciamento das mulheres acerca da questão. Na sequência propôs-se às participantes caminhar passando diante de um espelho, pensando e falando palavras. No segundo momento foi apresentado ao grupo o rol de palavras pronunciadas, iniciando-se uma discussão. No terceiro foram direcionadas perguntas abertas e, por último, uma avaliação do encontro.

RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Com base nas atividades desenvolvidas notou-se a pronta manifestação do grupo e a satisfação das mulheres em abordar a temática. A síntese das manifestações sobre o ontem foram apresentadas em duas categorias: a) cuidado com o corpo e a aparência, e b) descuido. Na primeira categoria destaca-se que mesmo com poucos recursos e facilidades existentes na época em que eram jovens, havia o cuidado com a beleza ("a gente se lavava, ficava bem limpinha; o corpo bem cuidado, só não tinha o que tem hoje"). A segunda categoria foi subdividida em: a) os descuidos por desleixos, predominando a acomodação, b) os descuidos por força do contexto, devido as dificuldades financeiras e desconhecimento, c) o descuido forçado por opressão do pai, que achava desperdício, e d) sem descrição. Com relação às manifestões sobre o hoje, foram destacadas seis categorias: a) o corpo e o tempo, considerando as mudanças fisiológicas através dos anos, b) a velhice e suas marcas, destacando as transformações na aparência física, c) envelhecimento e acomodação, salientando o relaxamento em relação aos cuidados, d) cuidado e beleza é essencial, destacando a vaidade, e) vivência envelhecidas, considerando a valorização das características da idade, e d) reações frente ao envelhecimento, ressaltando as relações da autoestima frente à idade. Outros tópicos abordados foram: as oportunidades e as atitudes no momento atual, que trata das facilidades decorrentes da atualidade, e a tecnologia, a estética e a beleza fabricada, discutindo a utilização das técnicas existentes em favor da beleza. As mulheres referem-se às transformações físicas do envelhecimento e sua influência sobre a beleza, aparência e saúde. Por outro lado, salientam os benefícios das experiências que tiveram ao longo da vida, e das oportunidades de convívio e do tempo que hoje dispõe para si mesmas como forma de autocuidado e valorização que não tiveram quando jovens.

CONCLUSÃO:

Na percepção das mulheres o envelhecer afeta a beleza e a forma como se sentem perante si mesmas e o mundo. Contudo, encontros como este contribuem para estabelecer relações positivas frente o envelhecimento, enxergando o corpo em sua totalidade, aceitando as alterações do ciclo de vida e promovendo a saúde física e mental (OLIVEIRA et al, 2010).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

OKUMA, S. S. Idoso e atividade física. Campinas, SP: Papyrus, 2002.

OLIVEIRA, F. R. S.; DUTRA, M. C.; TEIXEIRA, L. R. Sentido de corpo e percepção de envelhecimento de adultos e idosos. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, a. 8, n. 25, p. 32-41, jul/set 2010.

ZILMERMAN, G. I. Velhice: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

Assinatura do aluno

Assinatura do orientador