

## QUALIDADE DE VIDA NA VELHICE: EXPERIÊNCIA COM GRUPOS DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

Marineia Crosara de Resende<sup>1</sup>

Dóris Firmino Rabelo<sup>2</sup>

Márcio Antônio Gonçalves<sup>3</sup>

O envelhecimento é um fenômeno sócio-demográfico relativamente novo, e mais novo ainda é envelhecer com deficiência física, principalmente sob condições deficitárias de saúde e educação, realidade em que vive a maioria da população dos países em desenvolvimento. Atualmente, temos um número crescente de pessoas com deficiência física que estão envelhecendo. A velhice e a deficiência física ainda povoam a mente humana com pré-conceitos e tabus que vêm sendo perpetuados ao longo dos anos, tais como o mito da dependência e da improdutividade. Embora saibamos que envelhecer é uma experiência plural e não precisa necessariamente estar acompanhada de perdas, doenças e afastamento social. A possibilidade de uma velhice satisfatória é fato, mesmo na presença de incapacidades, as pessoas podem equilibrar suas limitações com suas potencialidades.

Acreditamos que poderemos contribuir para a preparação de pessoas com deficiência física para um envelhecimento saudável, com mais qualidade de vida, trabalhando aspectos singulares do envelhecer com deficiência, ajudando-as a fortalecerem os mecanismos de autorregulação do *selfe* trabalhando suas atitudes em relação a velhice e a deficiência física. Nesse sentido, propusemos um trabalho de grupo, com encontros semanais de setembro a dezembro de 2002, com pessoas acima de 50 anos associadas à Associação dos Paraplégicos de Uberlândia (APARU), divididas em dois grupos: 1) pessoas sem seqüelas físicas e 2) pessoas com seqüelas. Foram realizadas nove reuniões, com temas relativos a desenvolvimento humano, mitos relacionados à velhice, necessidades humanas básicas, sentido e metas de vida, criatividade, nutrição, memória, felicidade e envelhecimento bem-sucedido. Os recursos utilizados foram discussões, jogos e dinâmicas de grupo.

No início, os participantes relataram estar ansiosos quanto à velhice pessoal e associaram esta fase à angústia, tristeza, desengajamento social e pouca possibilidade de satisfação e felicidade. Na avaliação final, os participantes disseram que sua participação foi muito importante para mudarem o modo de pensar sobre a velhice, tornarem-se mais animados, com menos pensamentos negativos, mais comunicativos com as pessoas e diminuírem o medo de envelhecer. Ficou evidente que a deficiência física não é um fator ameaçador para eles (acreditamos que estão bem adaptados à sua condição de viver com uma deficiência física), diferentemente da velhice, da possibilidade de ficarem velhos.

Alcançamos os objetivos propostos e pretendemos dar continuidade ao trabalho no ano de 2003, convidando novas pessoas a integrarem o grupo, ajudando-as a encontrar formas de melhorar sua qualidade de vida e mudarem suas atitudes frente à velhice, preparando-as para um envelhecimento bem sucedido.

<sup>1</sup> Professora da Faculdade de Psicologia do Centro Universitário do Triângulo; Mestre em Gerontologia e Doutoranda em Educação pela Universidade Estadual de Campinas.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia.

<sup>3</sup> Acadêmico do Curso de Psicologia do Centro Universitário do Triângulo.