**AMIZADE E QUALIDADE DE VIDA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA PARA IDOSOS EM SÃO JOSÉ DOS PINHAIS.**

pauloferreirapsicologia@gmail.com

Faculdades Pequeno Príncipe – Curso Superior em Psicologia.

Paulo Ricardo Ferreira

Flavio Celso Machado

RESUMO: Em poucos anos, o Brasil será uma nação com uma imensa população idosa (OMS, 2005). Hoje, já é possível verificar que não só houve aumento na população idosa em geral, mas também um envelhecimento da população idosa, com destaque para os idosos que atingiram idade igual ou superior a oitenta anos (CAMARANO, 2002). Para tanto, é necessário pensar em uma estrutura que comporte este contingente, que demandará cuidados, adaptações ambientais, e atenção de saúde e de assistência social, bem como implementações e avanços em políticas públicas de atenção a esta população (BASTOS-FORMIGHIERI & PASIAN, 2012 *apud* GRAZZIOTIN & SCORTEGAGNA, 2016). Entre as atividades já existentes que contribuem para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar desta população, estão os grupos de convivência para idosos (DALMOLIN *et al*, 2012). Estes grupos desenvolvem atividades voltadas ao idoso, fomentam as relações de amizade, e são importantes pontos de apoio, de troca afetiva e de companhia social nesta fase da vida, permeada de perdas e mudanças de papéis sociais (BOSWORTH & SCHAIE,1997 *apud* GOUVEIA, MATOS & SCHOUTEN, 2016). Como experiência prática, a equipe de estudantes de psicologia das Faculdades Pequeno Príncipe visitou um grupo de convivência para idosos na cidade de São José dos Pinhais, que conta com 24 idosos cadastrados e ativos, todos do sexo feminino, onde pode-se aprofundar os conhecimentos adquiridos nas disciplinas estudadas e verificá-las na prática. Verificou-se que na literatura que os idosos possuem melhor qualidade de vida e bem-estar quando possuem uma rede social que os faz sentirem-se acolhidos e que gerem a este um engajamento social, bem como os efeitos positivos em relação à qualidade de vida e bem-estar ligeiramente superiores, se comparados aos idosos que compartilham sua vida apenas com o grupo familiar, sem participação em redes sociais e de convivência além do grupo familiar (PAÚL, 2005; PINQUART & SÖRENSEN, 2000 *apud* GOUVEIA, MATOS & SCHOUTEN, 2016). Ainda, a maior participação em grupos de convivência da população idosa feminina, que também corresponde à maior parte da população idosa em proporção no Brasil e no mundo, se comparada à população idosa masculina (OMS, 2015). Conclui-se que os grupos de convivência geram ganhos, entre estes estão o direito de envelhecer com dignidade e com maior qualidade de vida (MIRANDA & BANHATO, 2008) .Com estes resultados, considera-se importante sugerir a ampliação da rede de convivência para os idosos não institucionalizados, para a manutenção da sua independência e autonomia, bem como uma melhor preparação da base curricular da área da saúde com a implantação de competências geriátricas e gerontológicas, fundamentais em todos os currículos das áreas da saúde.

**Palavras-chave:** Idoso; Amizade; Rede Social; Qualidade de Vida; Bem-estar.

REFERÊNCIAS

CAMARANO, A.A. **Envelhecimento da população brasileira: Uma contribuição demográfica.** Disponível em < http://www.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/TDs/td\_0858.pdf> Acesso em 16 Jul 2017.

DALMOLIN, I.S. *et al*. **A importância dos grupos de convivência como instrumento para a inserção social de idosos.** Disponível em <http://ebooks.pucrs.br/edipucrs/Ebooks/Web/978-85-397-0173-5/Sumario/6.1.14.pdf> Acesso em 17 Jul 2017.

GOUVEIA, O.M.R; MATOS, A.D; SCHOUTEN, M.J. **Redes sociais e qualidade de vida dos idosos: uma revisão e análise crítica da literatura.** Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1809-98232016000601030&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 14 jul. 2017.

GRAZZIOTIN, J.B.D. SCORTEGAGNA, S.A. **Avaliação das habilidades sociais em adultos idosos e adultos.** Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1413-389X2016000200016&lng=pt&nrm=iso> Acesso em 26 jul 2017.

MIRANDA, L.C. BANHATO, E.F.C. . **Qualidade de vida na terceira idade: a influência da participação em grupos.** Disponível em  <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v2n1/v2n1a09.pdf> Acesso em 12 jul 2017.

OMS. **Envelhecimento ativo: Uma política de saúde.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

OMS. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde.** 2015. Disponível em <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186468/6/WHO\_FWC\_ALC\_15.01\_por.pdf> Acesso em 13/ jul 2017.