



COMSO



Atividades ajudaram Marlene Duarte da Fonseca (foto) a superar a timidez

Participante há cerca de 20 anos, Marlene Duarte Pio da Fonseca, 83, também se beneficiou do convívio social possibilitado pelo grupo. “Sou muito fechada. [O Renascer] me deu um pouco mais de liberdade”, confessa. Nas palestras, os idosos adquirem uma série de conhecimentos que serão posteriormente compartilhados. “Aprendo muita coisa, que repasso lá fora para meus amigos”, destaca Aida. Já para Marlene, as atividades vêm suprir uma lacuna em sua educação formal. “Não tive muita instrução. Então, assisto às palestras e vou me enriquecendo”, revela.

Em ação

Tudo começou em 1995, quando a Organização Mundial de Saúde lançou uma orientação sinalizando a necessidade da formação de grupos de trabalho na área de envelhecimento. Assim, a professora emérita da UNIRIO Nélia Maria Almeida Figueiredo, então superintendente de Enfermagem do HUGG, criou o Renascer, juntamente com a nutricionista Maria

Lucia, a psicóloga Maria Tércia, a enfermeira Elza Ignácio e a técnica de enfermagem Marly Castilho. O Programa nasceu como um projeto de extensão que promovia palestras para idosos, todas as quintas-feiras, no anfiteatro do setor de Gastroenterologia. No início, havia 15 pessoas. Com o tempo, o grupo cresceu, passando a se reunir no refeitório do Hospital. Em 3 de outubro de 2007, o projeto ganhou seu próprio espaço, com a inauguração do Cempe (Centro Multidisciplinar de Ensino, Pesquisa e Extensão sobre o Envelhecimento), conhecido no HUGG como “Casa Amarela”, onde funciona até hoje. O espaço foi reformado com verba proveniente do Ministério da Educação, específica para esse fim.

Cerca de 90% dos participantes são mulheres – em grande parte viúvas, que buscam uma ocupação fora de casa com pessoas da mesma faixa etária.

Cerca de 90% dos participantes são mulheres – em grande parte viúvas, que buscam uma ocupação fora de casa com pessoas da mesma faixa etária. A mais idosa tem 94 anos. A equipe multiprofissional é composta por servidores técnico-administrativos, docentes, alunos e profissionais voluntários, que abordam questões relacionadas ao envelhecimento de forma interdisciplinar – como, por exemplo, as falhas de memória, tão comuns na terceira idade.

“Há um esquecimento natural que todo mundo tem no envelhecimento”, aponta a psicóloga Regina Celia Marques de Mello, integrante da equipe. Diante disso, foi criado o Grupo da Memória, que propõe exercícios para estimular habilidades cognitivas, como atenção e raciocínio lógico – além, é claro, da própria memória. As atividades também buscam prevenir ou adiar o quadro de demência. “Se a pessoa

Acervo Renascer



Início do projeto, em 1995