

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

### **Pamonha? Uma forma diferente de comemorar o Natal com os idosos.**

#### AUTORIA

Bessa, G.V.; Silva, D.B.O.; Cruz, M. C. A.; Barcelos, C.C.; Fernandes, LC.  
lucaetanofernandes@gmail.com

#### RESUMO

O projeto idoso asilado promove ações de educação em saúde e recreativas para idosos moradores do Asilo Jesus é Nosso Senhor desde 2014, sendo que no final de cada ano, o projeto encerra-se comemorando o Natal. Em 2019 surgiu a ideia de encerrar, celebrando o Natal com os idosos, de uma forma diferenciada, usando da tradição goiana de fazer pamonha. Esse trabalho tem como objetivo relatar a experiência dessa ação social. A ideia da pamonhada, surgiu para resgatar e criar momentos de alegria e confraternização com os próprios moradores, funcionários e voluntários do projeto. Em outubro, os voluntários estimularam os idosos a escreverem cartas de Natal com pedidos de presentes. Houve então divulgação, apadrinhamento e aquisição dos presentes. No dia do evento, os voluntários foram divididos em grupos para organizar o espaço, a pamonha, para servir e promover recreações, para entrega de presentes e para limpeza. A estratégia de fazer uma comida típica da cultura goiana, para despertar memórias positivas nos idosos foi bastante exitosa e que promoveu troca de experiências. Houve uma grande adesão dos idosos e uma grande promoção de alegria, bem estar a todos os participantes. Eventos como esse, retiram o idoso do isolamento, abandono social que vivem, promovendo uma valorização do conhecimento deles, permitindo uma troca de experiência intergeracional. Há então uma promoção de saúde entre os idosos. Além disso, esse projeto estimula os acadêmicos desenvolverem habilidades de comunicação, liderança, trabalho em equipe, estimulando a formação de um profissional humanizado.

#### Palavras-chave:

Idoso asilado; natal em asilos; ação na comunidade.

#### ABSTRACT

The elderly asylum project promotes health and recreational education actions for elderly residents of Asilo Jesus is Our Lord since 2014, and at the end of each year, the project ends celebrating Christmas. In 2019 came the idea of closing, celebrating Christmas with the elderly, in a differentiated way, using the Goian tradition of making pamonha. This work aims to report the experience of this social action. The idea of pamonhada, arose to rescue and create moments of joy and fraternization with the residents themselves, employees and volunteers of the project. In October, volunteers encouraged the elderly to write Christmas letters with requests for gifts. There was then dissemination, patronage and acquisition of gifts. On the day of the event, volunteers were divided into groups to organize the space, pamonha, to serve and promote recreation, for delivery of gifts and for cleaning. The strategy of making a typical food of the Goiás culture, to awaken positive memories in the elderly was very successful and promoted exchange of experiences. There was a great welcome of the elderly and a great promotion of joy, well-being to all participants. Events such as this remove the elderly from isolation, social abandonment they live in, promoting an appreciation of their knowledge, allowing an exchange of intergenerational experience. There is then a health promotion among the elderly. In addition, this project encourages academics to develop communication skills, leadership, teamwork, stimulating the training of a humanized professional.

#### Key words:

**Elderly asylum; Christmas in nursing homes; community action.**

## INTRODUÇÃO

O Brasil vem apresentando uma modificação na sua pirâmide etária desde 1960, sendo que a cada ano a população idosa vem aumentando significativamente.<sup>1</sup> Tal modificação no perfil demográfico brasileiro trouxe consigo um aumento da expectativa de vida e uma mudança sobre o processo de envelhecimento. Atualmente, o processo do envelhecimento não é mais significado de dispensabilidade ou, até mesmo, inutilidade, mas sim, o envelhecimento saudável e ativo tornou-se objetivo. Apesar disso e de todas as melhorias na saúde populacional, nota-se uma divergência entre o processo em diferentes classes. Assim, nota-se dois lados: um extremamente ativo e proveitoso, e outro com muito decadência e sentimento de inutilidade, peso.<sup>2</sup> Apresentado tais perspectivas, os alunos e professores do curso de Medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA desenvolvem um projeto de ação continuada em um abrigo de idosos da cidade de Anápolis desde 2014, o qual tem como objetivo melhorar a qualidade de vida dos idosos que ali residem. Esse projeto, que envolve educação em saúde e promoção de saúde mental, vem sofrendo reajustes na organização e metodologia a cada ano. Partindo desse objetivo principal, os monitores e voluntários desenvolveram vários encontros, onde um deles é o objetivo desse relato de experiência: Um Natal Solidário com pamonhada.

A pamonha é um dos principais símbolos da culinária goiana e representa um momento de agregação de familiares e amigos para sua realização. Momento aprazível, fraterno que une a família goiana e que cria momentos felizes e que marcam a memória desses. Logo as “pamonhadas” são eventos sociais das famílias goianas.

A receita da pamonha, de origem indígena, ganhou força devido ao perfil agrário do estado de Goiás. No início, era feito apenas nas fazendas. Depois começaram a ser vendidas de porta em porta, com os tradicionais carros da pamonha. Mas, com o crescimento e evolução da cidade e o gosto pela iguaria, começaram a surgir estabelecimentos dedicados a ela nas cidades goianas.

A ideia de usar a pamonha para comemorar o Natal, partiu do pressuposto que seria recriado esse ambiente familiar, criando um momento de troca de experiência, onde o idoso teria a oportunidade de rememorar esses eventos sociais e compartilhar suas experiências com uma geração mais nova, que são os alunos, sendo que alguns nunca tiveram a oportunidade de vivenciar a “pamonhada”.

Momentos como esses são de extrema importância para um bem-estar geral e um envelhecimento saudável dos idosos, além de aumentar a capacidade de comunicação dos

voluntários do projeto. Também se nota a relevância de tais experiências no meio científico haja visto que servem como inspiração para outras instituições de ensino, ampliando, assim, a qualidade de vida de idosos e as habilidades, principalmente, de comunicação dos acadêmicos. Projetos como esse se baseiam no direito dos idosos, assim como todos, ter acesso à saúde física e mental, sendo que tais são dever do Estado, da comunidade e da família do mesmo. Esse trabalho tem como objetivo relatar a ação “Noite de Natal com pamonha”, demonstrar como foi a prática do mesmo, reafirmando as vantagens em ações como essa e suas dificuldades.

## METODOLOGIA

As ações do projeto ocorrem no Asilo Jesus é Nosso Senhor, situado na cidade de Anápolis- Goiás, desde 2014. O público-alvo são os quarenta idosos moradores do abrigo. O desenvolvimento das ações é feito pelos alunos e professores voluntários do curso de medicina da UniEVANGÉLICA. A partir de autorização para as idas ao abrigo, os monitores levantavam principais temas a serem discutidos com os idosos e planejavam a forma de abordagem do mesmo, principalmente usando lúdico. As ações ocorrem aos sábados durante toda a manhã, totalizando 4 horas semanais, durante todas as semanas do ano com exceção das férias. Os voluntários são divididos em dois grupos, que alternam as visitas.

Em cada visita, além de abordar o tema de saúde elencado como importante, também ocorrem momentos de diversão com músicas, conversas e jogos. Entre essas ações, merece destaque a “Noite de Natal” em que os membros foram em um dia da semana no período noturno visitar os idosos e celebrar o Natal. Anteriormente, durante o planejamento, a organização optou por realizar uma “pamonhada” devido seu caráter regional importante e ter um momento de confraternização com entrega de presentes, conversas e danças.

Os voluntários e monitores foram divididos em cinco grupos para organizar as seguintes tarefas antes do evento: escrita da carta de Natal pelos idosos, divulgação nas redes sociais e na faculdade do Natal Solidário, distribuição das cartas e busca ativa de padrinhos; compra dos presentes e organização da pamonha. No dia do evento foi organizado quatro equipes para servir os alimentos, organizar o espaço, entrega de presentes e limpeza. Essa organização começou final de outubro de 2019 e o evento ocorreu em meados de dezembro de 2019. Participaram na organização do projeto 36 estudantes e uma docente. Professores, alunos, funcionários do curso de medicina, bem como familiares e amigos, criando uma rede

de relacionamento e apoio. Após o evento, foi realizado um encontro com os voluntários para registrar a percepção deles do projeto, as potencialidades e fragilidades.

### RELATO DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS

Todos os anos é realizado no Asilo Jesus é Nosso Senhor uma confraternização para comemorar o natal e em 2019 não foi diferente. Diante dos desafios para realizar essa ação, a coordenação de extensão do curso de medicina, juntamente com alunos selecionados do Projeto Voluntariado, estabeleceu metas a serem alcançadas. Em primeiro momento, havia a necessidade de oferecer algum tipo de alimento para os idosos no dia, assim, foi decidido que faríamos uma “pamonhada” . Para arrecadar o dinheiro das pamonhas, organizou-se a confecção de uma camiseta do Projeto Voluntariado para ser revendida com fins de sustentar o projeto. As vendas aconteceram em vários eventos internos da UniEVANGÉLICA para docentes e discentes.

O segundo desafio foi conseguir presentes para os idosos. Para isso, alguns alunos se deslocaram até o asilo e pediram para que os idosos escrevessem cartinhas contando o que queriam ganhar de presente de natal. Após recebermos as cartas foi feita uma força tarefa para conseguir todos os presentes, para isso fizemos divulgação para doações via Instagram. Muitos alunos, professores e seguidores da página “adotaram uma cartinha” e, assim, conseguiram-se todos os presentes.

A noite de Natal ocorreu no dia 7 de dezembro. Ao chegar no Asilo, em horário pré-estabelecido para não atrapalhar a rotina dos idosos, iniciou-se atividades de conversas, músicas e dança. Devido à frequência das visitas dos voluntários, vários alunos já tinham estreitado laços, o que mostra a importância de um trabalho contínuo.

Logo após a refeição, ocorreu a entrega dos presentes solicitados nas cartas, o que gerou um momento de alegria, carinho e amor. Entre os presentes havia roupas, chapéus, materiais de desenhos, livros, entre outros tantos desejos. Ao término das entregas dos presentes, um idoso, Sr.Paulo, fez um momento devocional com um discurso muito tocante, agradecendo a todos pelas visitas frequentes e pela atenção com os idosos.

Percebeu-se o impacto desta, e de outras ações à medida que elas aconteceram, a cada novo encontro mais idosos se dispunham a participar das ações. E nessa noite em especial, foi a noite com mais adesão dos idosos. Isso demonstra o quão importante são ações desse tipo. Além de levar carinho e cuidados aos idosos, essa ação serviu como um desafio que precisou de muito trabalho em equipe, liderança, humanidade e equidade.

Ao término, projeto foi discutido com os voluntários em um grupo focal e foi notório o sentimento de pertencimento dos mesmos ao projeto, de terem levado esperança, minimizado o sofrimento dos idosos. Os alunos mostraram satisfeitos por terem cumprido tudo o que foi planejado no ano, e com êxito. Ações que envolvem solidariedade e amor ao próximo, despertam a vontade de engajamento social, permitindo um amadurecimento dos participantes e um crescimento pessoal e profissional, contribuindo para uma formação humanizada (Imagem 1).

Imagem 1 – Alunos com os Idosos



(Fonte: Arquivo pessoal)

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que ações sociais, culturais, que despertem memórias afetivas positivas, como a pamonhada, aumenta a adesão dos idosos ao projeto e torna a troca de experiência intergeracional mais rica. Projetos como esse são de extrema importância para os idosos institucionalizados, que desfrutam de momentos de distração e de aprendizado sobre temas que são necessários aos mesmos, quanto para os acadêmicos que desenvolveram capacidades como comunicação, organização, planejamento, trabalho em equipe e principalmente de responsabilidade social. Isso permite a formação de um profissional humanizado, capaz de servir ao próximo. Ressalta-se a necessidade de visualização do idoso de maneira holística e objetivando o bem-estar geral do mesmo, além da reafirmação do envelhecimento como um processo ativo e saudável.

### AGRADECIMENTOS

Agradecemos todos os membros do projeto que realizaram suas ações da melhor forma possível com muito afinho e amor. Agradecemos a Dona Maria Helena, gestora do abrigo, que tanto cuida dos idosos que ali mora. Por fim, agradecemos aos nossos idosos que mudaram nossas vidas, trazendo uma nova visão sobre o ato de viver. .

### REFERÊNCIAS

CANCELA, Diana Manuela Gomes. O processo de envelhecimento. Trabalho realizado no Estágio de Complemento ao Diploma de Licenciatura em Psicologia pela Universidade Lusíada do Porto, v. 3, 2007.

DA MOTTA, Alda Britto. As dimensões de gênero e classe social na análise do envelhecimento. cadernos pagu, n. 13, p. 191-221, 1999.