

## **EXPERIÊNCIA DA PESSOA IDOSA QUE FREQUENTA A UNIVERSIDADE SENIOR**

**Introdução:** Atualmente, o envelhecimento populacional representa uma temática de enorme relevância, sobretudo o papel dos idosos na nossa sociedade. O envelhecimento não é apenas um processo cronológico, mas também envolve mudanças biológicas, psicológicas e sociais. Com o envelhecimento surgem preocupações com o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos, assim como com o estigma associado à idade. Em Portugal, as universidades sénior são uma realidade bastante recente e diversos estudos demonstram que existem benefícios para a pessoa idosa que a frequenta, tais como um envelhecimento ativo e uma melhor qualidade de vida. É um espaço onde os idosos podem conviver, desenvolver novas competências e combater o isolamento social. A universidade sénior oferece atividades lúdicas e educativas que ajudam a pessoa idosa a tornar-se ativa. Este estudo está ancorado no referencial teórico de Virgínia Henderson que refere a saúde como a capacidade que cada pessoa tem de funcionar de forma independente nas catorze necessidades básicas.

**Objetivos:** A finalidade deste estudo é compreender a experiência da pessoa idosa na universidade sénior. Como objetivos definiram-se (1) Identificar as atividades que a pessoa idosa realiza na universidade sénior que proporcionem sentido de realização; (2) Identificar as formas de comunicação das emoções e necessidades da pessoa idosa que frequenta a universidade sénior; (3) Identificar formas de recreação, lazer e diversão da pessoa idosa que frequenta a universidade sénior; (4) Identificar formas de satisfação da curiosidade, do aprender e descobrir da pessoa idosa que frequenta a universidade sénior; (5) Identificar a responsabilidade do enfermeiro que cuida da pessoa idosa que frequenta a universidade sénior.

**Métodos:** O estudo é de abordagem qualitativa do tipo exploratório-descritivo inserido no paradigma construtivista. Realizaram-se entrevistas semiestruturadas a 7 pessoas com idade superior a 65 anos que frequentavam a universidade sénior à mais de um ano, que sabiam ler e escrever e que estavam orientados nas três vertentes (tempo, espaço e pessoa). Foi utilizada uma amostra não probabilística, por conveniência e, posteriormente, foi utilizada a técnica “bola de neve”. Aos participantes foi entregue um consentimento informado, livre e esclarecido tal como preconizado pela Norma N.º

015/2013 da Direção Geral de Saúde e foram respeitados os princípios apresentados na Declaração de Helsínquia (2013) e na Declaração de Oviedo (2000). Foram cumpridos todos os procedimentos éticos exigidos pela Comissão de Ética da instituição de ensino (Escola Superior de Saúde Ribeiro Sanches). Também foi respeitado o Regulamento 2016/679 do Parlamento e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais. A análise dos dados obtidos através da entrevista semiestruturada foi realizada de acordo com a análise de conteúdo de Laurence Bardin.

**Resultados:** Da análise dos dados emergiram os seguintes temas: atividades que o idoso realiza na universidade sénior que proporcionam sentido de realização, destacando-se o funcionamento, a motivação e o acesso ao conhecimento da universidade; comunicação das emoções e necessidades da pessoa idosa na universidade sénior, evidenciando a comunicação verbal e a comunicação não verbal (expressão emocional); recreação, lazer e diversão da pessoa idosa na universidade sénior, emergindo a recreação motora, a recreação educativa, a interação social e as atividades prazerosas; satisfação da curiosidade e aprender da pessoa idosa na universidade sénior, sublinhando a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagem uns com os outros; e responsabilidade do enfermeiro na universidade sénior, mostrando a importância do enfermeiro como formador e como prestador de cuidados na universidade sénior.

**Considerações finais:** Os resultados indicam que as universidades sénior desempenham um papel crucial na promoção do envelhecimento ativo, proporcionando atividades diversificadas que não só enriquecem a pessoa idosa, mas também promovem a inclusão, a autonomia, a interação social, a aprendizagem contínua e os cuidados de saúde adequados. As universidades sénior são uma mais-valia para as pessoas idosas, contribuindo para a melhoria da sua qualidade de vida, promovendo momentos de aprendizagem partilhada, momentos de reflexão e de socialização. Conforme o Código Deontológico do Enfermeiro e o Regulamento do Exercício Profissional do Enfermeiro, concluímos que este deverá desempenhar um papel ativo nas universidades sénior como prestador de cuidados de enfermagem e como formador, contribuindo para a literacia em saúde direcionada à população idosa que frequenta estas instituições bem como promovendo e incentivando a adesão dos idosos a comportamentos saudáveis.

**Palavras-chave:** Idoso; Universidade; Enfermagem