ENVELHECER EM GRUPO: CONTRIBUIÇÕES DO TRABALHO TERAPÊUTICO GRUPAL À LUZ DA GESTALT-TERAPIA E DA NEUROCIÊNCIA PARA A PROMOÇÃO DA LONGEVIDADE

Facilitadora: Wanêssa Paiva G. de Araújo C. de Albuquerque (CRP 02/13.450).

E-mail: wanessapaiva81@gmail.com

RESUMO

O envelhecimento populacional configura-se como uma realidade proeminente em escala mundial, trazendo impactos profundos na organização social, na formulação de políticas públicas e, prioritariamente, nas demandas por cuidados especializados em saúde mental. No cenário brasileiro, os dados do Censo Demográfico de 2022 revelam que o contingente de pessoas com 65 anos ou mais cresceu significativamente em pouco mais de uma década, evidenciando uma transição demográfica acelerada que exige novos olhares técnicos. Diante dessa metamorfose social, organismos internacionais como a Organização das Nações Unidas e a Organização Pan-Americana da Saúde têm estabelecido diretrizes, a exemplo da Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030), que visam fomentar um envelhecimento ativo e funcional ao longo de todo o curso da vida. A **justificativa** deste minicurso reside na necessidade premente de instrumentalizar profissionais para lidar com as dimensões biológicas, psicológicas e relacionais que perpassam a velhice, reconhecendo o idoso não como um objeto de cuidado passivo, mas como um sujeito ativo em seu processo de autorregulação organísmica e inserção comunitária. Nesse contexto de interseção entre o social e o individual, a modalidade de terapia de grupo apresenta-se como um dispositivo de alta potência, favorecedor do desenvolvimento de formas de se relacionar mais saudáveis, contribuindo diretamente para a longevidade humana. O grupo funciona como um microecossistema que favorece a socialização, a construção de vínculos de pertencimento e o suporte emocional mútuo, combatendo o isolamento e a "invisibilidade" frequentemente associados a essa etapa da vida. A **relevância para a abordagem gestáltica** manifesta-se na valorização do campo relacional e da consciência imediata, *awareness*, como motores de uma existência autêntica e integrada. A fundamentação deste trabalho constitui-se pelas bases da Gestalt-terapia, que privilegia a presença e o contato como ferramentas de transformação, e pelos avanços da Neurociência, que comprovam a manutenção da neuroplasticidade mesmo em cérebros senescentes. Ao integrar esses saberes, o minicurso propõe uma visão integral do ser, onde o funcionamento cerebral e a dinâmica psíquica se retroalimentam em busca de novos ajustamentos criativos diante das perdas e ganhos do envelhecer. O **objetivo** central deste minicurso é apresentar e discutir as contribuições dos grupos terapêuticos com idosos, articulando as bases teóricas da Gestalt-terapia e da neurociência a partir de uma experiência prática concreta. Tal experiência foi desenvolvida no Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) Vila Rica, situado no município de Jaboatão dos Guararapes, em Pernambuco, onde o trabalho clínico-social se faz presente na ponta da política pública de assistência social. A **metodologia** adotada para a realização desta atividade será de caráter teórico-reflexivo e participativo. A estrutura do minicurso será dividida em três momentos distintos: inicialmente, haverá uma exposição dialogada sobre os conceitos de autorregulação e plasticidade cerebral; em seguida, será apresentada a metodologia de intervenção utilizada no CRAS, detalhando o manejo técnico, as dinâmicas de contato e o acolhimento das demandas grupais; e, por fim, será aberto um espaço para a reflexão coletiva, permitindo que o saber seja construído de forma horizontal entre os presentes.

Quanto aos **aprendizados esperados**, almeja-se que os participantes consigam ampliar seu olhar clínico e psicossocial, saindo de uma visão biológica do envelhecimento para uma compreensão da longevidade como um processo contínuo de desenvolvimento e possibilidades. Espera-se que os profissionais e estudantes possam identificar a importância da estimulação cognitiva e emocional proporcionada pelo ambiente grupal como fator de proteção neurobiológica à saúde mental. Além disso, busca-se fomentar a compreensão da responsabilidade ética envolvida no trabalho em contextos de vulnerabilidade social e políticas públicas. A integração entre a teoria de campo e os mecanismos de adaptação servirá de subsídio para que novas práticas de cuidado sejam implementadas, promovendo uma longevidade com dignidade, autonomia e a compreensão do envelhecer como uma construção mental, biológica, coletiva e social. A fundamentação teórica que constitui este trabalho baseia-se nas obras de Perls, Hefferline e Goodman (1997) sobre os fundamentos da Gestalt-terapia; nas diretrizes de envelhecimento saudável da Organização Pan-Americana da Saúde (2020); e nos estudos de Kandel et al. (2021) acerca dos princípios da neurociência e do funcionamento do sistema nervoso, dentre outras.

Palavras-chave: Gestalt-terapia; Grupo terapêutico; Longevidade; Neurociência; Saúde mental.