

TÍTULO: Turismo e Qualidade de Vida na Melhor Idade: O Lazer como indutor de Saúde

AUTORES:

Raíssa Ludmilla Dias Esperança

RESUMO:

Estudos mostram que uma grande parcela dos idosos vive de maneira insatisfatória, muitos deles perdem suas funções cognitivas, ou seja, parte da memória e conseqüentemente tornam-se pessoas dependentes e depressivas, comprometendo a qualidade de vida na terceira idade. Com a finalidade de intervir nessa realidade está sendo executado o Projeto de Extensão “Turismo e Qualidade de Vida na Melhor Idade: o lazer como indutor de saúde”, o qual tem por objetivo proporcionar aos idosos cadastrados nas Equipes de Saúde da Família (ESF), Serviço Social do Comércio (SESC/Dourados) e o Centro de Convivência do Idoso do município de Dourados- MS, o exercício das funções cognitivas, bem como a manutenção da saúde física e mental, por meio do lazer e atividades turísticas, propiciando uma melhor qualidade de vida, bem estar e satisfação pessoal a esses indivíduos. O City Tour está sendo realizado pelos acadêmicos do curso de Turismo, com condutores cadastrados no Convention & Visitors Bureau, quinzenalmente, às quintas feiras, percorrendo alguns pontos turísticos de Dourados, como a Usina Termelétrica Senador Filinto Müller, conhecida também como Usina Velha; o Museu Histórico de Dourados e a Reserva Indígena de Dourados. Esses passeios turísticos auxiliarão os idosos a relembrar e reviver aspectos da sua própria vida, além de reintegrá-los a comunidade de uma forma prazerosa e altamente educativa. Portanto, podemos perceber que o projeto tem permitido uma integração da Universidade com a comunidade, beneficiando não só os acadêmicos, mas principalmente os idosos, contribuindo com a independência e autonomia do indivíduo de forma a inseri-los novamente na comunidade, levando essa população a um envelhecimento mais saudável e uma melhor qualidade de vida, por meio do lazer e turismo. Este projeto está sendo realizado com o apoio do comitê Cidade Educadora de Dourados, do SESC e da empresa de ônibus Medianeira.

PALAVRA CHAVE: Saúde, Turismo, Melhor Idade, lazer