

TURISMO E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: O LAZER COMO INDUTOR DE SAÚDE.

Raíssa Ludmilla Dias Esperança¹; Ednéia Albino Nunes Cerchiari²; Patrícia Cristina Statella Martins³; Cibele Donato⁴.

Área Temática de Extensão: Saúde

RESUMO: Estudos documentam declínio na memória ao longo do envelhecimento em grande parte à falta de atividade mental. Assim, com o intuito de promover exercícios que recuperem e melhorem a memória; atender as necessidades básicas da saúde mental; melhorar a auto-estima e a socialização dos idosos realizamos o Projeto “Turismo e Qualidade de Vida na Melhor Idade: O Lazer como indutor de saúde” na tentativa de amenizar os problemas da velhice, combatendo o tempo ocioso e levando aos idosos maior perspectiva de vida, através de passeios turísticos – City Tour. No período de abril a agosto de 2009 foram realizados, quinzenalmente, os passeios turísticos – City Tour. Verificamos que essas atividades auxiliaram os idosos a relembrar e reviver aspectos da sua própria vida, além de difundir a cultura local e reintegrá-los a comunidade de uma forma prazerosa e altamente educativa.

Palavras-chave: memória. passeios turísticos. idoso.

INTRODUÇÃO

A expectativa de vida da população vem aumentando consideravelmente nos últimos anos. Segundo o levantamento do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2002) a população de idosos acima de 65 anos ou mais crescerá 3,6 vezes até 2050, somando assim nesse período 2 bilhões de idosos em todo o mundo.

As preocupações com a saúde e bem estar desses indivíduos vem acompanhando de maneira tímida o crescimento dessa faixa etária.

¹ Acadêmica de Turismo/UEMS/Dourados - raissa_esperanca@hotmail.com

² Professora doutora. Psicóloga/Psicanalista. Orientadora/UEMS/Dourados - edcer@terra.com.br

³ Professora mestre. Turismóloga. Colaboradora/UEMS/Dourados - patydouras@gmail.com

⁴ Professora especialista Turismóloga. Colaboradora/ UEMS/Dourados - cibeledonato@terra.com.br

Os dados estatísticos mostram a urgente necessidade de investimento nessa área, em um país que tem mostrado um alto índice do aumento dessa população, mas sem crescimento de ações e de conhecimentos científicos sobre o idoso (SILVA, 2002, p.5).

Os 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.

Dessa forma, faz-se necessário uma concentração de ações e conhecimentos sobre a velhice nas diferentes áreas profissionais, priorizando a independência e autonomia do indivíduo de forma a inseri-los novamente na comunidade, levando essa população a um envelhecimento mais saudável.

A “pessoa idosa” não existe como entidade individual, é apenas um termo social que não tem realidade humana. O que não impede que a descrevam com seus usos e costumes, seu temperamento, seus defeitos. Tudo isso projeta, para os mais jovens, uma imagem da velhice bastante ameaçadora, incapaz de corresponder a um ideal atingível (MESSY, 1999, p.25).

Nessa perspectiva foi criado um Projeto de Extensão intitulado: “Turismo e Qualidade de Vida na Melhor Idade: o Lazer como indutor de saúde”, vinculado ao Projeto “Oficina: (Re) descobrindo as funções cognitivas e as emoções na terceira idade”, com o intuito de atender as necessidades básicas da saúde mental, lazer, cultura e turismo do idoso do Centro de Convivência do Idoso e do Serviço Social do Comércio (SESC) no município de Dourados - MS, juntamente com a comunidade e as ações de acadêmicos da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul.

Tal projeto também se refere à continuidade do projeto “Turismo e Qualidade de Vida na Melhor Idade: o Lazer como indutor de saúde” contemplado no Edital PIBEX 2007, o qual propõe a realização de atividades de lazer e turismo, como o City Tour em busca de resgatar a memória dos idosos.

Segundo o *Estatuto do Idoso* (Brasil, 2003), o idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade.

Na tentativa de amenizar os problemas da velhice, combatendo o tempo ocioso e levando aos idosos maior perspectiva de vida, desenvolvemos como forma de lazer, o turismo.

O turismo, por meio das viagens, pode cumprir um papel fundamental na terceira idade, pois longe de ser uma atividade passiva, de mera contemplação e de imposições de roteiros e horários, constitui um instrumento ativo de conhecimento e participação social. Um fenômeno propiciador de experiências distintas e contrastivas daquelas experimentadas no dia-a-dia, e que, como se observou anteriormente, pode ser um veículo de autoconhecimento, de elevação da auto-estima e de realização pessoal (FROMER, 2003, p.65).

Portanto, o Projeto tem como objetivo proporcionar aos idosos do Centro de Convivência do Idoso (CCI) e do Serviço Social do Comércio (SESC) do município de Dourados- MS, atividades de promoção, recuperação e manutenção da saúde mental, por meio de atividades turísticas, propiciando uma melhor qualidade de vida, bem estar e satisfação pessoal a esses indivíduos.

METODOLOGIA

A metodologia participativa abrange os idosos do Centro de Convivência do Idoso e do Serviço Social do Comércio (SESC) do município de Dourados/ MS, contando com a participação de no máximo 40 idosos por passeio, conforme os lugares disponíveis no ônibus.

Com a finalidade de avaliarmos a eficácia das atividades desenvolvidas na saúde mental dos idosos participantes do projeto em andamento, foi realizada uma avaliação (pré-teste) nos meses de março e abril através dos seguintes questionários:

1. Perfil Sócio-demográfico.
2. Mini Exame do Estado Mental (MEEM).
3. Identificação de alguma vivência anterior semelhante.
4. Avaliação após cada passeio para conhecimento de suas preferências e necessidades.

Os passeios estão sendo realizados quinzenalmente no período vespertino, em diferentes pontos turísticos da cidade, com o apoio da Empresa de ônibus Medianeira e a colaboração dos alunos do curso de Turismo habilitados no curso de condutor.

RESULTADOS

Até o momento foram realizados cinco City Tours em diferentes pontos da cidade, com a participação total de 59 idosos, sendo 7,41% do gênero masculino e 92,59% do gênero feminino, com idade entre 60 a 80 anos.

O *I City Tour*, visita à Chácara Chapecó, foi realizado no dia 16 de Abril de 2009 e contou com a participação de 39 idosos, sendo 19 do SESC e 20 do Centro de Convivência do Idoso, além de quatro acadêmicas do curso de Turismo, colaboradoras do projeto e dois profissionais, uma assistente social do SESC e uma professora do curso de turismo da UEMS.

No dia 7 de maio de 2009, aconteceu o *II City Tour*, dessa vez uma visita à Usina Senador Filinto Müller, conhecida também, como Usina Velha. Participaram 25 idosos, sendo 16 do SESC e 9 do Centro de Convivência do Idoso, além de cinco acadêmicas do curso de Turismo e uma condutora, colaboradoras do projeto.

No dia 21 de maio de 2009 vivenciou-se a 3ª experiência desse projeto, o *III City Tour*. O passeio foi no Parque de Exposição, onde estava acontecendo a 45ª Expoagro de Dourados/MS. Participaram 26 idosos, sendo 18 do SESC e 8 do Centro de Convivência do Idoso, três acadêmicas do curso de Turismo e uma condutora, colaboradoras do projeto.

Em 4 de Junho de 2009 aconteceu o *IV City Tour*, uma visita acompanhada de Pic-nic no Parque Antenor Martins, conhecido como Parque do Lago. Participaram, dessa vez, 20 idosos, sendo 6 do Centro de Convivência do Idoso e 14 do SESC, três acadêmicas do curso de Turismo colaboradoras do projeto.

No dia 6 de Agosto de 2009 foi realizado o *V City Tour*, contemplando a Igreja Matriz, Catedral Imaculada da Conceição e o novo Mosteiro das Irmãs Clarissas. Participaram dessa visita 21 idosos, sendo 6 do SESC e 13 do Centro de Convivência do Idoso, duas colaboradoras do Projeto do curso de Turismo e também contamos com a participação do Padre Crispim, o qual fez uma breve explanação sobre a história do Mosaico situado na Igreja e o Mosteiro das Irmãs Clarissas, por fim deu uma benção a todos do passeio. Logo após, foi realizada a visita ao Mosteiro, acompanhada pela Irmã Maria Cristina.

Assim, percebe-se que os passeios realizados possibilitam aos idosos o exercício da capacidade física e mental e a socialização, além de permitir uma integração da Universidade com a comunidade, uma estratégia adequada para reintegrar os idosos a sociedade de uma forma prazerosa e altamente educativa além de difundir a cultura local.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Pró Reitoria de Extensão e Cultura (PROEC/UEMS) pelo apoio, agradeço também as parcerias do Serviço Social do Comércio (SESC), do Centro de Convivência do Idoso e a Empresa de ônibus Medianeira.

Agradeço a todos que colaboram direta ou indiretamente para a concretização deste trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Estatuto do idoso: Lei n. 10.741. Dispõe da educação, cultura, esporte e lazer. In: Brasília: Senado Federal, Secretaria especial de editoração e publicação: Câmara dos Deputados, coordenação de publicações. p.14. 2003.

FROMER, Betty ; VIEIRA, Débora Dutra. *Turismo na terceira idade*. São Paulo: Aleph, 2003.

IBGE. Perfil dos Idosos Responsáveis pelos Domicílios no Brasil: 2000. *Estudos e Pesquisas*: informação demográfica e socioeconômica: IBGE, Rio de Janeiro, n. 9, 2002. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/perfilidoso/perfilidosos2000.pdf>> Acesso em: 4 out. 2008.

MESSY, J. *A pessoa idosa não existe*: uma abordagem psicanalítica da velhice. Trad. José de Souza; Mello Werneck. São Paulo: Aleph, 1999.

NEW England Journal of Medicine. Revista VEJA Especial. São Paulo, 31 out. 2005.

SILVA, Fátima Sueli de Souza e. *Turismo e psicologia no envelhecer*. São Paulo: Roca, 2002.



Chácara Chapecó



Usina Velha



Parque de Exposição



Parque Antenor Martins



Catedral Imaculada da Conceição



Mosteiro das Irmãs Clarissas