

# **PASSEIO TURÍSTICO COMO INDUTOR DE SAÚDE DO IDOSO RESIDENTE NO LAR DO IDOSO DE DOURADOS**

**ARAUJO, Emely Maluf de<sup>1</sup>; CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes<sup>2</sup>.**

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Turismo com Ênfase em Ambientes Naturais da UEMS, Unidade Universitária de Dourados: emelyma@gmail.com

<sup>2</sup>Professora do Curso de Turismo com Ênfase em Ambiente Naturais e do Curso de Enfermagem da UEMS, Doutora em Ciências Médicas, Unidade Universitária de Dourados: edcer@terra.com.br

**Área Temática da Extensão:** Saúde

## **Resumo**

O presente estudo se refere aos resultados parciais do Projeto de Extensão intitulado: “Turismo e qualidade de vida na Melhor Idade: Passeios turísticos como indutor de saúde do idoso residente do Lar do Idoso de Dourados-MS”, que está sendo desenvolvido desde março de 2010. O projeto tem como objetivo promover o bem-estar e a melhoria da qualidade de vida destes idosos, motivando-os a realizarem atividades que estimulem a mudança da rotina e melhorem as relações pessoais, bem como as funções cognitivas através de passeios turísticos. O *City Tour* percorreu, nesse período, os pontos turísticos da cidade de Dourados, MS/ Brasil, contando sua história e seu valor cultural, auxiliando e despertando a memória dos idosos participantes. Quinzenalmente, de março a junho de 2010, foram realizados seis passeios turísticos dos quais participaram oito idosos em cada passeio, sendo a maioria homens, viúvos e de idades entre 63 e 84 anos, com ensino fundamental incompleto. Os locais visitados foram: Parque do Lago, Vila São Pedro, Parque dos Ipês, Expoagro, Aeroporto e CEPER. Constatou-se que é possível estimular a memória dos idosos por meio de passeios turísticos culturais, históricos e de atividades de lazer; é possível reintegrá-los à comunidade de forma prazerosa e altamente educativa; auxiliá-los a relembrar e reviver aspectos da história da cidade e, conseqüentemente, de suas próprias histórias.

## **Palavras-chave:**

City tour. Terceira idade. Socialização. Memória. Qualidade de vida.

## **Introdução**

No processo do envelhecimento humano, evidencia-se a importância de garantir aos idosos uma melhora na qualidade de vida. Os estudos sobre a velhice mostram que as condições de vida dos idosos são insatisfatórias e que a sociedade como um todo não está preparada para esse estágio da vida (SILVA, 2002).

Em se tratando de idosos residentes, muitos se sentem aborrecidos e frustrados porque perderam a satisfação do trabalho ou o afeto da família e não encontram atividades de lazer que lhes restituam a possibilidade de voltar a sentir prazer em viver (BRUHNS, 2000).

Assim, com a finalidade de promovermos o exercício da capacidade física e mental, e principalmente a elevação da autoestima e de realização pessoal dos idosos residentes, propomos a realização do City Tour na cidade de Dourados, que visa atender as necessidades básicas da saúde mental, de lazer, de cultura e o turismo do idoso pertencente ao Asilo da Velhice Desamparada de Dourados.

## **Material e Métodos**

A metodologia é participativa e abrange os idosos do Asilo da Velhice Desamparada, “Lar do Idoso de Dourados-MS”, conforme as condições físicas e mentais do idoso no dia do passeio.

O City Tour percorre os pontos turísticos da cidade contando sua história e seu valor cultural para Dourados, auxiliando e motivando a memória dos idosos, já que alguns vivenciaram muitos dos acontecimentos contados durante o trajeto.

Os passeios ocorrem, quinzenalmente, no período de 2 horas e meia com a visita a lugares ao ar livre. Além das informações culturais, são aplicadas dinâmicas para trabalhar as funções cognitivas dos idosos; estas são aplicadas utilizando bolas, barbantes, fotos, papéis e exercícios físicos leves. Após são realizados piqueniques com todos os participantes.

## **Resultados e Discussão**

No período de 08 de abril a 24 de junho foram realizados seis passeios. Com a participação média de oito idosos sendo a maioria homens, com idades entre 63 e 84

anos. O número pequeno de idosos se deve às limitações físicas e mentais que impossibilitam os mesmos de participar dos passeios,

O primeiro passeio foi no Parque do Lago, um dos parques mais antigos da cidade de Dourados onde os idosos puderam relatar fatos que já vivenciaram ali. O segundo passeio foi realizado na Vila São Pedro, um lugar encantador devido aos artesanatos feitos à mão pela população local, onde os idosos além de conhecer, puderam aprender como é feita a sua confecção. No passeio seguinte, os idosos conheceram o Parque dos Ipês, um dos parques mais visitados pela população, onde fizeram caminhadas e visitaram também o Teatro Municipal, conhecendo assim um pouco da sua história. No quarto passeio, os idosos visitaram a Expoagro, um dos maiores eventos da cidade de Dourados. Lá passearam por toda a feira, onde tiveram contato bem próximo com os animais e conheceram também como funciona o Projeto Fazendinha. O passeio ao Aeroporto trouxe aos idosos curiosidades em conhecer como é um avião internamente com acompanhamento de explicações de vários profissionais. Também tiveram a oportunidade de ter uma experiência única em suas vidas através de um convite feito por um piloto para 3 idosos passearem de avião. O momento foi vivido por sensações ditas pelos mesmos “inesquecíveis”. Para encerramento do semestre, o último passeio foi realizado no CEPER. Lá os idosos reencontraram amigos que não viam há muito tempo. Em seguida, após o término de um delicioso piquenique, foram entregues fotos dos passeios realizados a cada um dos idosos, o que resultou em um momento de descontração onde os mesmos ficaram empolgados e ansiosos para mostrarem a lembrança a amigos e familiares.



Foto I – Sra. Ermelinda



Foto II – Sra. Lourdes



Foto III – Sr. Francisco



Foto IV – Sra. Feliciana



Foto V – Sr. Selisdonio



Foto VI – Sr. Antonio

### **Agradecimento**

À UEMS – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul pela viabilidade do projeto, via Projeto de Extensão via Edital 47/2009-PIBEX/UEMS; ao Lar do Idoso; Empresa Medianeira Transporte LTDA – Empresa de ônibus de Dourados-MS pelo apoio e aos colaboradores do projeto.

### **Referências**

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

ANDRADE, José Vicente. **Lazer, princípios, tipos e formas na vida e no trabalho**. Belo Horizonte: 2001.