

ENFERMAGEM E TERCEIRA IDADE: ATIVIDADES LÚDICAS E DE LAZER NA PREVENÇÃO E RECUPERAÇÃO DA SAÚDE DE IDOSOS ASILADOS

MARTINS, Karla Aparecida dos Santos;¹ CERCHIARI, Ednéia Albino Nunes².

¹Acadêmica do Curso de Enfermagem da UEMS, Bolsista PROEC/2011, Unidade Universitária de Dourados; E-mail: k_a_r_l_a_mm@hotmail.com

²Psicóloga. Psicanalista (SPMS). Professora do Curso de Enfermagem e do Curso de Turismo com Ênfase em Ambientes Naturais da UEMS, Doutora em Ciências Médicas, Área de Concentração Saúde Mental (FCM/UNICAMP), Unidade Universitária de Dourados; E-mail: edcer@terra.com.br

Área Temática da Extensão: Saúde

Resumo

O idoso institucionalizado pode apresentar mais alterações cognitivas devido a sua situação existencial, pois o idoso institucionalizado encontra-se longe do convívio familiar isolado da sociedade e dependente de outras pessoas quanto à manutenção de sua saúde, favorecendo possíveis alterações cognitivas. Assim, com o objetivo de atender as necessidades básicas da saúde física e mental dos idosos moradores do Asilo da Velhice Desamparada, “Lar do Idoso de Dourados-MS”, vem sendo desenvolvido o projeto de extensão intitulado “Enfermagem e Terceira Idade: atividades lúdicas e de lazer a serviço da saúde do idoso asilado”, objeto do presente estudo. Com a finalidade de facilitar a comunicação e a execução das atividades foram realizadas, no período de março a julho de 2011, semanalmente, oficinas por meio de atividades lúdicas e de lazer, passíveis de serem realizadas pelos idosos sendo utilizados materiais de diferentes tipos: músicas, jogos (baralho, dominó, dama, xadrez), pinturas assim como técnicas de dinâmica de grupo intercalado de relato pessoal. Foram realizadas 13 oficinas com os idosos. Participaram 24 idosos, sendo que dos 40 idosos residentes, 16 encontravam-se acamados e não puderam participar, 11 participaram esporadicamente e 13 participaram de pelo menos 80% das atividades. Dos participantes 85% eram homens, entre 71 e 80 anos, solteiros com salários de até um salário mínimo; 60% deles eram analfabetos e não tinham filhos. Percebe-se que as atividades lúdicas, juntamente com as verbalizações, são estratégias adequadas de exercício da memória, da percepção, da coordenação psicomotora e da socialização.

Palavras-chave: Atividades lúdicas. Qualidade de vida. Idosos. Saúde do Idoso.

Introdução

Atualmente, observa-se uma divulgação intensa da mídia, acerca do assunto envelhecimento. Essa fase da vida de todo ser humano deve ser encarada de forma global, pois apesar destes cidadãos estarem em uma fase de vida diferenciada, jamais se deve esquecer seus direitos fundamentais, como por exemplo, o direito à autonomia e à saúde.

Quando se aborda o tema saúde em populações idosas, enfrentam-se novos conceitos a respeito de saúde e doença, e o processo de envelhecimento logo surge vinculado às doenças, embora não deva estar diretamente associado a processos patológicos, conforme define o conceito de envelhecimento senil. Todas as sociedades devem se responsabilizar pelos seus idosos, visando garantir um envelhecimento sereno e sem doenças.

No entanto, existem algumas consequências do processo de envelhecimento, em especial a presença de problemas de saúde mental. Dentre os principais problemas, merecem destaque a depressão, a demência e os déficits cognitivos, que acabam implicando em um processo difícil, tanto para o próprio idoso como também para sua família, pois um idoso com problemas cognitivos torna-se de difícil convivência (ALMEIDA, 1999).

Do ponto de vista vivencial, o idoso está numa situação de perdas continuadas; a diminuição do suporte sócio-familiar, a perda do status ocupacional e econômico, o declínio físico continuado, a maior frequência de doenças físicas e a incapacidade pragmática crescente são motivos suficientes para um expressivo rebaixamento do humor. Do ponto de vista biológico, durante o processo de envelhecimento, é mais frequente o aparecimento de fenômenos degenerativos ou doenças físicas, capazes de produzir os sintomas característicos da depressão (ALVARENGA, 2008).

A depressão nos idosos institucionalizados poderia ser mais expressiva devido à situação que o idoso se encontra, de abandono familiar, ausência de convívio familiar, perda de papéis perante a sociedade e principalmente a exclusão social.

A institucionalização é uma opção para a família que tem dificuldades de lidar com seus idosos, não apenas acometidos por patologias de caráter mental, bem como por outros motivos, como a difícil convivência com o idoso. Institucionalizar é fruto de necessidades sociais, conforme afirma Yamamoto e Diogo (2002), e como objeto de

necessidade social é de responsabilidade de toda a sociedade, do Estado e principalmente da família, assegurar ao idoso o bem-estar, cidadania e dignidade.

De acordo com Gorzoni e Pires (2006), os asilos constituem-se o que existe de mais antigo para recolhimento, sustento ou educação de indivíduos pobres e desamparados, sejam mendigos, crianças órfãs e abandonadas, como também para idosos.

O idoso institucionalizado pode apresentar mais alterações cognitivas devido a sua situação existencial, pois o idoso institucionalizado encontra-se longe do convívio familiar, isolado da sociedade, dependente de outras pessoas quanto à manutenção de sua saúde, favorecendo possíveis alterações cognitivas, conforme já descrito em várias literaturas.

Material e Métodos

O projeto vem sendo realizado com idosos residentes do Lar do Idoso de Dourados. O Lar do Idoso foi criado a cinquenta e seis anos sendo visto pela comunidade deste município, como uma das instituições beneficentes de maior credibilidade. Trata-se de uma instituição de caráter filantrópico, sem qualquer vínculo com o poder público que abriga 40 idosos.

Para a participação nas oficinas, o critério de inclusão adotado foi de idosos moradores do Lar do Idoso de Dourados, que aceitassem participar; não foram aceitos idosos com diagnóstico de Doença de Alzheimer em estágio moderado ou avançado e usuários de medicamentos psicoativos que impedissem o entendimento e execução das atividades.

As oficinas foram realizadas, semanalmente, no período de Março a Junho de 2011. Participaram diretamente do projeto 03 profissionais do lar do idoso - 01 gerente do lar do idoso, 01 fisioterapeuta e 01 auxiliar de enfermagem; 05 profissionais da UEMS - 01 psicóloga - orientadora, 01 enfermeira – co-orientadora, 02 turismólogas - colaboradoras e 01 educadora física - colaboradora e; 02 estudantes de enfermagem que desenvolveram as atividades nas oficinas. A coleta e a análise dos dados foram realizadas por meio de um diário de campo das observações e dos relatos dos idosos e dos funcionários do asilo apresentados semanalmente em reuniões com a equipe do projeto (orientadora e colaboradoras).

As oficinas foram realizadas por meio de atividades lúdicas e de lazer, passíveis de serem realizadas pelos idosos com a utilização de materiais de diferentes tipos: músicas, jogos (baralho, dominó, dama, xadrez), atividades de recorte, simetria, dobradura, cópia, quebra-cabeças, encaixes; como também grande variedade de material; lápis grafite e colorido, caneta hidrocor, sucatas, tintas, tesoura, cola, durex, papéis quadriculados, pontilhados e triangular, assim como técnicas de dinâmica de grupo intercalado de relato pessoal (mural de desabafo, rodada de sentimentos e painel circular).

Nas oficinas, a produção e a expressão livres dão condições ao sujeito alienado de se transformar num sujeito produtivo, pois, ao mesmo tempo em que ele é estruturado por sua produção, pode exercitar sua possibilidade de escolha e expressão. Desta forma, o objetivo principal, é proporcionar aos idosos maior autonomia por meio do compartilhamento de suas próprias aprendizagens, trocando conhecimentos durante as atividades.

Resultados e Discussão

No período de março a julho foram realizados 13 oficinas com os idosos. O número de idosos participantes, assiduamente, foi de 13 idosos, ressalta-se que dos 40 idosos residentes, 16 encontravam-se acamados e não puderam participar, 11 participaram esporadicamente e 13 participaram de pelo menos 80% das atividades.

O perfil sócio-demográfico mostrou que 85% eram homens, estavam na faixa etária entre 71 e 80 anos, eram solteiros e tinham salários de até um salário mínimo; 60% deles eram analfabetos e não tinham filhos.

Constata-se também que tais atividades constituem um sopro de esperança numa rotina melancólica e triste!

Conclusões

As atividades lúdicas e os passeios turísticos são maneiras eficazes para melhorar a autoestima, a qualidade de vida, o resgate da memória e estimular as funções cognitivas dos idosos. Apesar de serem atividades simples e pouco utilizadas por profissionais de enfermagem, acarretam mudanças significativas para este público.

O projeto possibilitou uma aproximação dos acadêmicos com esta população, ressaltando a necessidade de conhecer a sua realidade, para que possam criar meios de intervenção especificamente para a população atendida. Criou-se um vínculo entre acadêmicos e idosos, o que possibilitou que as atividades fossem realizadas de maneira mais prazerosa e satisfatória para ambos.

Agradecimento

À UEMS – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul pela viabilidade do projeto; ao Lar do Idoso, pelo apoio; e aos colaboradores do projeto.

Referências:

ALMEIDA, O. P. Idosos atendidos em serviço de emergência de saúde mental: características demográficas e clínicas. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo, v. 21, n. 1, mar. 1999 .

ALVARENGA, M. R. M. **Avaliação da capacidade funcional, do estado de saúde e da rede de suporte social do idoso atendido na Atenção Básica.** Tese [Doutorado]– Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008.

GORZONI, M. L; PIRES, S. L. Aspectos clínicos da demência senil em instituições asilares. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 33, n. 1, 2006 .

YAMAMOTO, A.; DIOGO, M. J. D. Os idosos e as instituições asilares do município de Campinas. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 10, n. 5, out. 2002.