

## AVALIAÇÃO DA MOTIVAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE ATIVIDADES DE LAZER EM UM GRUPO DE IDOSOS DE CAMPINA GRANDE-PB <sup>1</sup>

1- Laila Dantas Machado Prazeres, Acadêmica de Medicina da UFCG.

**Palavras-Chave:** *Idosos, Lazer, Motivação.*

**Área Temática:** Qualidade de vida, envelhecimento ativo e bem sucedido.

**Introdução:** A terceira idade permite ao homem passar por todas as estações da vida, acumulando experiências boas ou não. Entretanto, é um momento crítico em que há diminuição das funções orgânicas e psíquicas, gerando restrições, limitações; e, muitas vezes, a distração e a diversão ajudam a reconquistar o equilíbrio psicológico muitas vezes perdido na rotina do dia-a-dia. A procura por atividades e lazer dos grupos de convivência está cada vez maior no contexto mundial, assim, o objetivo principal deste, é ter conhecimento das atividades de lazer praticadas por grupos de convivência da terceira idade. O diagnóstico das atividades de lazer desenvolvidas por tais grupos contribuem para a melhoria da qualidade de vida.

**Objetivo:** Elucidar a todos os presentes profissionais de saúde que é de fundamental importância conhecer as motivações de pessoas que integram o grupo da terceira idade para as atividades de lazer, a fim de que possam conhecer melhor suas necessidades, preferências, com o objetivo de adequar serviços de boa qualidade a estes indivíduos.

**Metodologia:** Foram selecionados participantes dos grupos da melhor idade – IPSEN, SESI, PRATA e SEMAS, sendo entrevistados 10 integrantes de cada grupo, totalizando uma amostra de 30 pessoas. Foi aplicado um questionário com 10 questões fechadas, semiabertas, e foram avaliados os 8 (oito) fatores mais usados para conhecer as motivações do segmento da melhor idade. Todos os indivíduos

assinaram e concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido.

**Resultados:** Verifica-se então nos grupos da melhor idade, que dos entrevistados, 90% são mulheres e 66,6% dos entrevistados possuem entre 50 e 70 anos. Constatou-se também que, em primeiro lugar, o principal motivo que leva pessoas da melhor idade a praticar as atividades de lazer é a saúde e tratamento médico, com 14 ou 46,6% do universo pesquisado. Em segundo lugar, com seis ou 20% dos entrevistados, o motivo é diversão. Depois com quatro ou 13,3% é a ociosidade, logo após com três ou 10% é para conhecer novas pessoas, em seguida com dois ou 6,6% é escapar da rotina, e para finalizar com apenas um ou 3,3% vem a prática de esportes. 50% são estimulados a praticar exercício físico principalmente pelos filhos e netos; 50% disseram que a atividade de lazer mais praticada é a hidroginástica; 67% disseram que a dança mais procurada é a dança de salão; 50% disseram que o maior impedimento para a prática do lazer é a condição financeira; 67% consideram importante o acompanhamento do profissional de saúde nas atividades realizadas para a melhor idade e 50% se apresentam satisfeitos porque sentem-se melhor.

**Conclusão:** Conclui-se que conhecer a motivação dos idosos, assim como suas necessidades e preferências, é essencial para se poder desenvolver medidas que melhorem sua qualidade de vida, mantendo-os como parte integrante da sociedade.