

IMPORTÂNCIA DAS ATIVIDADES DE RECREAÇÃO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Alana Duque dos Santos¹, Beatriz de Almeida Marques¹, Darkman Kalleu da Silva Teixeira¹, Ester da Silva Santos¹, Luana Machado Andrade²

1- Universidade do Estado da Bahia - Departamento de Educação XII, E-mail: alanaduque732@gmail.com; 1- Universidade do Estado da Bahia - Departamento de Educação XII, E-mail: beatriz_a_marques@hotmail.com; 1- Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII, Guanambi- darkmankalleu93@gmail.com; 1- Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII, Guanambi - silvaester40@gmail.com; 2- Ms. Em Enfermagem, docente do curso de enfermagem da Universidade do Estado da Bahia, Campus XII, Guanambi - luanamachado87@hotmail.com.

INTRODUÇÃO

A transição demográfica vem ocorrendo a nível mundial nos últimos anos e é caracterizada principalmente pela redução dos índices de determinados indicadores de vida, em especial a fecundidade e mortalidade, resultando em um crescente envelhecimento populacional¹. Apesar do processo de envelhecimento fazer parte do ciclo natural da vida não é vivenciado de forma semelhante entre todos os indivíduos, pois, sofre diversas influências socioeconômicas interferindo diretamente na forma de envelhecer¹. Entretanto, é essencial que este processo ocorra de maneira que a saúde e integridade do idoso seja respeitada, independente do contexto social em que se encontra.

Conforme a lei n. 8.842/94, artigo 3º parágrafo I; a família, a sociedade e o estado têm o dever de assegurar ao idoso todos os direitos da cidadania, garantindo sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade, bem-estar e o direito à vida². Assim, o núcleo comunitário e familiar tem um papel fundamental na vida do idoso principalmente no que se refere ao enfrentamento de determinadas condições muitas vezes inerentes ao processo de envelhecimento, como por exemplo, as demências, que por sua vez causam alterações comportamentais surgindo conflitos familiares o que pode levar o idoso à institucionalização³.

Na maioria das vezes a institucionalização acaba fragilizando o idoso, pois o mesmo passa a viver em um ambiente totalmente diferente e longe do convívio familiar. Sendo assim, devem-se tomar medidas que assegurem a capacidade mental, cognitiva e funcional do idoso, com o intuito de contribuir para uma maior qualidade de vida⁴. Nesse sentido, ressalta-se a importância de atividades de recreação no âmbito das instituições de longa permanência para idosos (ILPI), as quais promove

diversão, aumento da autoestima, interações entre os idosos, além de obter uma melhora significativa na qualidade de vida⁵.

Para isto é necessário que as ILPIs promovam atividades diversificadas baseadas no interesse dos idosos e na condição de saúde dos mesmos para que se tenha uma adesão⁶. Dessa forma, será possível que todos ocupem seu tempo através de atividades que vão proporcionar um bem estar integral.

Diante do exposto, o objetivo do presente estudo é relatar a experiência de discentes sobre a importância das atividades de recreação em uma instituição de longa permanência para idosos, a partir de vivência durante a prática curricular.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, do tipo relato de experiência que apresenta a vivência de discentes do curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII, referente às atividades desenvolvidas durante a prática da disciplina curricular Enfermagem em atenção à terceira idade em uma Instituição de longa permanência para idosos localizada na cidade de Guanambi - BA, realizadas no mês de abril de 2017.

Inicialmente os discentes foram em cada quarto convidar aos idosos para participarem da atividade recreativa, logo após, os mesmos foram trazidos para um local onde comumente são realizadas as atividades.

Para a ação foram escolhidas imagens aleatórias para que os idosos pudessem colorir, além disso, realizou-se limpeza e pintura das unhas dos idosos. Enquanto as atividades eram desenvolvidas, os idosos escutavam músicas juninas que eram transmitidas por meio de um som.

RESULTADO E DISCUSSÃO

A permanência do idoso na instituição pode trazer determinadas repercussões psicológicas e afetivas que afetam a qualidade de vida do mesmo. Dessa forma, é necessário que haja na rotina da instituição a inserção de atividades culturais, recreativas, que estimulem a autonomia dos idosos e desperte o desejo de se comunicar, interagir, divertir⁷, o que minimizaria tais repercussões. Nesse sentido, buscou-se conhecer as atividades que seriam mais aceitas por parte dos idosos para que houvesse o planejamento e posterior implementação.

Dentre as atividades recreativas desenvolvidas, a pintura das imagens possibilitou a expressividade por parte dos idosos através das cores, utilizando lápis e giz de cera. Enquanto os idosos pintavam percebeu-se a alegria e o contentamento nítido na face dos mesmos. Além disso, notou-se que a maioria dos idosos acataram a ideia da pintura mesmo aqueles que tinham certas limitações físicas ou transtornos mentais, ficando evidente que independente da condição de saúde a pintura é uma atividade que instiga o indivíduo a prática.

A arteterapia é um método de promoção da saúde que usa técnicas expressivas como o desenho, pintura e música para recuperar a autoestima dos pacientes, promover espaço de troca de saberes, socialização e estabilização do quadro emocional dos clientes, além de ser grande aliada nas expressões de sentimentos e vínculo com a vida de idosos institucionalizados^{8,9}.

Pode-se perceber também que as idosas apesar de institucionalizados não perderam a vaidade, característica essa percebida pelo desejo de todas as idosas terem sua unha pintada. Segundo Calvacante et al., a manutenção da autoestima interfere no bem-estar, humor, saúde física e mental, além de melhorar as relações interpessoais da pessoa idosa¹⁰.

Para contribuir com a animação no local foi utilizado um som reproduzindo músicas juninas que trouxeram aos idosos lembranças do que haviam vivido no passado e em sua juventude nas épocas de São João, cidades onde já haviam morado, pessoas que passaram pelas suas vidas e familiares que não estavam mais presentes nos dias atuais, e apesar da saudade, os idosos não desanimaram, gostavam de ter um ambiente com música proporcionando relaxamento e satisfação, tirando-os da rotina do silêncio.

A assistência de enfermagem baseada na musicoterapia traz inúmeros benefícios, pois a música é um potencial auxiliador na redução dos níveis de dor, quadros de depressão, confusão mental, ansiedade, sintomas psicóticos, melhorias na qualidade do sono, além da promoção do bem-estar físico, porém o profissional deve basear suas intervenções em evidências científicas, pois a indevida utilização da música pode acarretar em iatrogenias¹¹.

CONCLUSÃO

Na experiência vivenciada durante a prática curricular foi possível notar que a utilização dos métodos empregados promove o bem-estar e satisfação das pessoas idosas institucionalizadas e que diante da possibilidade de realizar atividades recreativas os idosos mostraram-se contentes em desenvolver as práticas, o que possibilitou que estes se expressassem de maneira bastante natural,

ignorando algumas de suas limitações pessoais e atendendo a expectativa do que havia sido proposto.

Pode-se inferir que as atividades recreativas são de baixo custo e servem como recurso terapêutico para idosos. Nesse sentido, salienta-se a necessidade das ILPI implementarem em suas programações diárias atividades que despertem a autonomia do idoso e ocupem o tempo deles com ações que além de melhorarem a cognição, despertarão sentimentos de prazer e alegria.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da saúde. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília-DF, 2007.
2. Presidência da República Casa Civil. LEI Nº 8.842, DE 4 DE JANEIRO DE 1994. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8842.htm. Acesso em 07 de Out. 2017.
3. Nass EMA, Teston EF, Peruzzo HE, Mincoff RCL, Marcon SS. A institucionalização do idoso com alzheimer como consequência da dificuldade no trato com o idoso. Rev enferm UFPE on line. 2016; 10(11): 4090-6.
4. Guimarães AC, Dutra NS, Silva GLS, Vieira MS, Maia BDC. Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. Pesquisas e Práticas Psicossociais. 2016 jul/dez; 11(2).
5. Moura GA, Souza LK. Práticas de lazer na ILPI: a visão dos coordenadores. Licere. 2014 set; 17(3).
6. Bala E, Scortegagna HM. Uso do tempo livre através de recursos expressivos: Contribuição para um grupo de idosos Institucionalizados. Estud. interdiscipl. envelhec. 2014; 19(2): 471-484.
7. D.O.U. - Diário Oficial da União; Poder Executivo, RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA - RDC Nº 283, de 27 de setembro de 2005.
- 8 - Martinie JMT, Carvalho Filha MTJ, Menta AS. Arteterapia: Recurso terapêutico ocupacional na terceira idade.

9 - Reis AC. Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo. Psicologia: ciência e profissão. 2014 jan/mar; 34(1): 142-157.

10 - Cavalcante RMF, Dantas DS, Araújo DN, Magalhães PAF, Neves MTS. Contribuições de um Grupo da Terceira Idade para a saúde das Idosas Participantes. Revista Brasileira de Ciências da Saúde. 2015; 19(1): 11-18.

11 - Rohr RV, Alvim NAT. Intervenções de enfermagem com música: revisão integrativa da literatura. J res: fundam care online. 2016 jan/mar; 8(1): 3832-3844.