

## **ENVELHECENDO COM QUALIDADE DE VIDA**

Amanda Sannara Daniel de Souza Menezes – asannymenezes@gmail.com –  
Universidade Federal de Pernambuco

Diná Lyra da Trindade Silva - dinalyratrindade@hotmail.com - Universidade Federal  
de Pernambuco

### **RESUMO**

A população mundial está envelhecendo, exigindo que os profissionais de saúde em parceria com os governos, promova um envelhecimento com saúde e boa qualidade de vida (OMS, 2008). As interações familiares do idoso, vão sofrendo modificações no decorrer do tempo, podendo vir a desencadear transtornos socioafetivos, podendo ocasionar um embotamento afetivo e um isolamento social. O presente estudo objetiva descrever a experiência vivenciada por acadêmicos, em um grupo de danças para idosos. Como resultados, observaram que, durante o funcionamento do grupo, os idosos, mesmo os mais tímidos ou depressivos, após alguns encontros tornava-se mais comunicativos. Mostrando a satisfação de estarem inseridos em ações lúdicas. Isso permitiu obter conhecimentos a cerca da realidade dos idosos na cidade, o quanto eram solitários, e concluir que pequenas intervenções como reunir estes indivíduos, para dançar, já melhoravam a qualidade de vida deles e conseqüentemente estaria ofertando subsídios para minimizar os problemas de saúde, que advêm com a idade.

Palavras-chave: Idosos; Qualidade de vida; lúdico.