



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO ATRAVÉS DO ACESSO AO LAZER, ESPORTE, CULTURA E ARTE NA PRAIA.

Moreira, Iara Fialho

Ferreira, Fabiana Ângelo

Costa, Nalbia Roberta Araújo da

Soares, Luciana Maria de Moraes Martins

RESUMO

INTRODUÇÃO: É incontestável a velocidade com que cresce a população idosa brasileira sendo a Paraíba o primeiro estado nordestino e o quinto do país com maior percentual de pessoas idosas (11,6%). Nesse contexto de país e região envelhecida, se faz necessário potencializar as oportunidades de saúde, participação e segurança possibilitando uma melhor qualidade de vida.

OBJETIVO: Diante do exposto o presente estudo tem por objetivo apresentar estratégias de lazer, esporte, cultura e arte dentro de uma perspectiva de atuação multiprofissional como ferramenta de promoção do envelhecimento ativo em uma praia da cidade de João Pessoa (PB). **METODOLOGIA:** Trata-se do relato de experiência do projeto de extensão interdisciplinar envolvendo a fisioterapia, enfermagem e educação física que teve início em dezembro de 2012, direcionado às pessoas com mobilidade reduzida de várias faixas etárias, resultado da parceria entre o Governo do Estado, a Prefeitura de João Pessoa, a ONG AC Social (Assessoria e Consultoria para Inclusão Social) e o Centro Universitário de João Pessoa (UNIPÊ). Até o presente momento foram realizados 22 encontros com a participação de aproximadamente 100 idosos. O intuito do projeto é possibilitar acesso de pessoas com mobilidade reduzida, independente de sua idade, ao lazer, esporte, cultura e arte na praia do Cabo



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Branco, João Pessoa. Dentre as atividades oferecidas, pode-se citar: o banho de mar facilitado pelo uso de uma cadeira anfíbia e materiais de segurança como os coletes flutuadores; a prática de esportes como o vôlei, frescobol, ciclismo em bicicleta adaptada; atividades culturais como shows musicais, de teatro e dança, oficinas de arte, lançamento de livros. **RESULTADOS:** Os benefícios físicos, emocionais e sociais são notórios nos discursos dos participantes, principalmente dentro do coletivo de idosos, uma vez que estas atividades proporcionam, através da interação com a sociedade em geral, inclusão e o bem estar da pessoa com mobilidade reduzida, sendo idosa ou não. **CONCLUSÃO:** A oferta de atividades de lazer, esporte, cultura e arte na praia estimula o convívio dessas pessoas com os amigos, família, estudantes, profissionais e voluntários possibilitando a socialização e o aprimoramento das capacidades funcionais e cognitivas.