

EDUCAÇÃO FÍSICA E ROTINA DE INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS (ILPI,S)

Marcos Antônio Ubiali (1); Veruska Pires (1)

Universidade do Vale do Itajai (Univali). E-mail: veruskapires@univali.br

RESUMO

Com o constante crescimento da população idosa, a educação física busca desenvolver formas de atender a esta população. Observa-se que inúmeras Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI,s) encontram-se atualmente com suas vagas totalmente preenchidas, contando ainda com filas de espera. Portanto o presente estudo buscou descrever quais as influências em relação as rotinas de ILPI,s obtidas a partir do desenvolvimento de atividades referentes a área de educação física. Identificou-se que as propostas da educação física não tiveram influência concreta sobre a rotina geral da instituição. No entanto, a partir das observações e conversas com profissionais envolvidos no processo investigativo, concluímos que as influências promovidas pela educação física foram significativamente positivas. Promovendo durante as abordagens novas possibilidades e experiências aos idosos.

Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), Rotina, Educação física.

ABSTRACT

With the steady growth of the elderly population, physical education seeks to develop ways to serve this population. It notes that many long-stay institutions for the Elderly (ILPI, s) meet today with their completely filled vacancies, still relying on waiting lists. Therefore this study aimed to describe what influences compared routines ILPI, s obtained from the development activities related to physical education. It identified that the proposed physical education had no real influence on the general routine of the institution. However, based on observations and conversations with professionals involved in the investigative process, we concluded that the influences promoted by physical education were significantly positive. Promoting approaches for new possibilities and experiences to the elderly. Institution for the Aged (ILPI) Routine Physical Education.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um tema que gera diferentes indagações e conseqüentemente vem sendo debatido em diferentes estudos da área da Educação Física. A ideia que gera as discussões sobre o tema envelhecimento perpassa muitas vezes pela necessidade de compreensão dos comportamentos e especificidades desta fase da vida^{1,2,3,4}. O constante

aumento da população idosa, motivado pelas melhores condições de vida da população, as políticas públicas de saúde e educação e, os avanços da tecnologia em relação as ciências da saúde, motivam diferentes reflexões sobre a influência da educação física nesta população^{5,6}.

Estima-se que o Brasil em 2025 ocupará a 6ª posição dos países que apresentam mais idosos no mundo, com um total de 34 milhões de idosos⁷. Ao analisar o processo social atual no que diz respeito ao envelhecimento populacional, a educação física objetiva compreender esta revolução cultural da faixa etária social⁸.

Mesmo que esta fase da vida se caracterize por momento de vivências positivas e despreocupadas, por um tempo de descanso e aproveitamento de forma prazerosa e tranqüila, não é esta a realidade de grande parte dos idosos brasileiros. Ainda é comum interpretar a velhice como uma fase de perdas na vida do ser humano. Diminui-se a capacidade decisória, perdendo assim a autonomia, as perdas físicas e intelectuais são características nesta fase da vida. Enxergar o processo de envelhecimento sobre este ponto de vista exclusivo pode ser muito nocivo para os idosos⁹.

Luto, abandono, doenças incapacitantes, fatores genéticos entre outros, promovem na vida do idoso um isolamento social e conseqüentemente perda na qualidade de vida¹⁰. O idoso passa por situações em que transformam totalmente sua situação emocional. A perda da autonomia é algo preocupante, e é caracterizada pela diminuição das atividades, sentimentos de fragilidade e insegurança¹¹.

Para atender esta população atualmente encontramos instituições com o perfil de auto-atendimento, que visam sanar as necessidades de seus residentes, desenvolvendo assim a característica de lugares que visam o acolhimento. Tem por objetivo, cuidar de idosos que por diferentes motivos não encontram atendimento em suas famílias e ou lares⁷. Desta forma as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI,s), assumem este papel, buscando garantias de um espaço com maior qualidade de vida para esta população.

É comum encontrarmos ILPI,s com o seu numero de vagas totalmente preenchidos, contando ainda na sua grande maioria com fila de espera. Cabe a estas instituições o dever de proporcionar aos idosos os seus direitos a uma vida digna, fornecendo sobre tudo a manutenção da saúde¹². Oliveira e Rozendo identificaram que os idosos entendem a institucionalização como uma forma de envelhecer recebendo cuidados. Os cuidados relatados são desde cuidados com a roupa a os cuidados médicos. Sendo assim entendem a Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI,s) como um lugar capaz de fornecer qualidade de vida¹³.

As ILPI,s visam prestar os atendimentos necessários para a promoção de uma vida digna. Seu papel social consiste em fornecer a igualdade e interação entre os idosos atendidos¹⁴. O profissional de educação física é capaz de gerar a promoção da qualidade de vida a estes idosos, conseguindo promover melhoras nas capacidades de realização das atividades da vida diária¹⁵.

Em seus estudos Florindo destaca o Projeto North Karelia, o qual foi iniciado em 1972 na região de North Karelia, na Finlândia, outro exemplo é o Projeto de Promoção e Avaliação da Saúde Comunitária, realizado na cidade de Atlanta nos Estados Unidos da America. São estes programas que, visam á promoção da saúde e manutenção das aptidões físicas, proporcionados por profissionais da educação física¹⁶. Existe hoje uma enorme tendência em procurar esta capacidade de reabilitar e ou administrar as capacidades físicas e mentais de idosos com profissionais de educação física¹⁷.

Desta forma, o presente estudo objetivou analisar as influências do profissional em educação física na promoção de uma rotina dinamizada, oferecendo assim uma vida ativa para os idosos residentes em ILPI,s.

METODOLOGIA

Para a concretização deste estudo foi utilizada a abordagem qualitativa do problema, buscando a compreensão dos fenômenos estudados a partir de uma interpretação dos dados coletados. Ao mesmo tempo em que caracterizou-se por um estudo descritivo de

caráter exploratório, assim a intenção foi descrever detalhadamente os resultados obtidos em cada etapa de coleta de dados. Sendo assim, a construção dos instrumentos e análises foi articulada a cada seguimento do processo, realizando elaborações textuais após cada saída a campo. Estas sínteses tornam-se o aporte do estudo já que nestes grupos de pesquisas o objetivo é levantar opiniões, atitudes e crenças dos envolvidos buscando identificar a existência de associações entre as variáveis¹⁸.

Foram constituídos dois grupos de análises. No grupo 1 foram envolvidos os idosos residentes em uma ILPI, que não possui em suas atividades um profissional de educação física. Portanto não há em sua rotina, nenhuma interferência promovida por atividades constituídas a partir de propostas pedagógicas específicas da educação física.

O segundo grupo analisado teve a participação dos idosos de uma instituição que também não tinha um profissional da área da educação física em seu grupo de serviço. Porém, foi escolhida para ser investigada, pois nesta instituição são desenvolvidos estágios obrigatórios de um curso de Educação Física.

Assim, o segundo grupo investigado tem desde 2013, na instituição atividades referentes a área da Educação Física, desenvolvidas nas propostas pedagógicas dos estagiários e renovadas a cada semestre.

A escolha das instituições investigadas foi intencional, atendendo assim aos interesses dos pesquisadores proporcionados devido há proximidade de uma instituição com a atuação profissional e a outra com um contexto universitário.

Após aprovação do comitê de ética através do parecer número: 1.089.173, a pesquisa foi realizada em três etapas distintas: a) elaboração do referencial teórico que fundamentou as análises e a relação com os dados coletados; b) três observações diretas da rotina das duas instituições e conversas informais com idosos e gestores; c) análise dos dados e sistematização dos resultados.

As observações se constituíram em três momentos distintos sendo eles: reconhecimento das instituições (instalações, espaços, serviços e organização funcional); observação direta das rotinas, efetivadas em três visitas a campo e sistematização das

informações, onde a partir das análises os dados foram complementados e ou aprofundados em conversas com os envolvidos no processo investigativo.

Para a análise dos dados foram elencadas as seguintes categorias: Exploração dos espaços institucionais; Relações sociais entre os idosos e os idosos e funcionários; Rotina de atividades; Propostas pedagógicas específicas da Educação Física.

Com estas categorias definidas, foi possível fazer o cruzamento entre as informações obtidas nas observações e os autores investigados. Nesta articulação as primeiras análises foram interpretadas com fundamento nas rotinas acompanhadas e logo após o aprofundamento se originou nas análises das informações das conversas informais com os funcionários das instituições.

Assim, as sínteses evidenciadas surgiram da interlocução entre o espaço investigado, os autores estudados e as percepções dos investigadores.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Ao analisar os dados coletados nas visitas das duas instituições envolvidas, podemos perceber que há semelhanças e diferenças significativas no trato aos idosos, referentes às propostas influenciadas pela Educação Física. Conforme, a organização da ficha de observação às análises passam a ser apresentadas pelas categorias a priori identificadas juntamente com a interlocução dos estudos sobre a temática.

A primeira categoria analisada faz referência a exploração dos espaços institucionais, foi possível perceber que em ambas as instituições na rotina diária a utilização dos espaços restringe-se ao uso da sala de tv, os demais espaços são utilizados somente pela minoria dos idosos e sem objetivos específicos e ou acompanhamento de funcionários. É nesta situação que verificamos a importância de uma rotina dinâmica e criativa para as atividades implementadas neste tipo de instituição.

Os idosos institucionalizados incorporam atitudes de dependência, muitas vezes por não serem estimulados a uma postura autônoma e decisiva, isto é, as instituições não

oferecem espaços de liberdade e socialização dinâmica e coletiva. Fato que muitas vezes leva o idoso a uma situação de desânimo e invalidez¹².

Contudo pode-se perceber que na instituição 2, mesmo assumindo características semelhantes de utilização dos espaços, nos dias em que havia intervenção dos estagiários de educação física os idosos saíam da rotina e utilizavam espaços diferentes. Nas intervenções ficam evidentes que as atividades como o plantio de hortaliças e verduras, são realizadas na horta da instituição, e atividades de maior teor lúdico, são desenvolvidas nos ambientes de maiores áreas, espaços estes em que raramente os idosos se utilizam.

Desta forma, os idosos incorporam atitudes mais independentes, mesmo ainda necessitando da mediação dos estagiários. Bastaria somente vivências de tarefas e funções diferenciadas para que os idosos resgassem sentimentos de auto confiança e auto valorização¹⁹.

Também nos propusemos a analisar as relações sociais entre os idosos e os idosos e funcionários. Nesta categoria, identificamos dificuldades nas duas instituições. No entanto verificou se que nos momentos de abordagens dos estagiários, os idosos tornaram se mais receptivos.

Observa se outras situações onde constatou se que as intervenções promovidas por estagiários do curso de educação física proporcionaram aos idosos participantes, uma melhor socialização, inserção de novas possibilidades de práticas corporais e ainda observou se que os idosos se interessaram em participar da criação dos projetos que norteariam as abordagens a serem realizadas²⁰.

Portanto identifica se que a influência do estágio em relação á socialização dos idosos, entre eles e com os funcionários, promove momentos de convivência de maior aceitação a novas aproximações. Sendo assim, esta capacidade de desenvolver maior facilidade de socialização, está associado ao desenvolvimento da promoção da qualidade de vida²¹.

No que diz respeito à rotina, verificou-se que nas instituições 1 e 2 as rotinas acabam por ser um tanto maçante para os idosos. Falta algo que promova a expectativa de novas experiências no dia a dia. O processo de institucionalização, em muitos casos causa um problema relacionado à imposição que o idoso sofre, direta ou indiretamente, por ter de seguir as rotinas e “regras” da instituição⁷.

Com tudo, os estágios foram interpretados pelos idosos como algo que promovesse novas vivências. A expectativa de atividades que seriam desenvolvidas nas quartas feiras (dias de intervenção dos estágios), proporcionou aos idosos a experiência de, saberem que algo novo e até inusitado em algumas situações, seria lhes proporcionado.

Outro ponto destacado foi o fato de se haver a constatação, a partir de conversas com gestores e funcionários da instituição 2, que o estágio proporcionou aos idosos o sentimento de pertença ao grupo. Visto que as abordagens e objetivos alavancados pelos estagiários eram voltados especificamente para os idosos. As atividades elaboradas exclusivamente para os idosos, promovem ainda, uma adaptação e/ou reintegração do idoso ao ambiente asilar, além de uma melhora no funcionamento orgânico geral²².

Em relação às propostas pedagógicas específicas da área de educação física, podemos somente destacar aquelas exercidas pelos acadêmicos estagiários que desenvolvem suas metodologias e objetivos em abordagens na instituição 2, visto que atualmente não acontece nenhuma atuação em relação a educação física na instituição 1. Sendo assim analisamos as atividades propostas por eles e seus impactos sobre a rotina da instituição e no dia a dia dos idosos.

Os acadêmicos procuraram fazer o uso da música para promover um ambiente atrativo aos idosos. Utilizaram músicas antigas, que certamente fizessem parte do repertório de músicas da vida dos idosos. Este fato se tornou evidente devido a constatação de durante as abordagens, ter-se observado vários idosos cantando as músicas que tocavam no ambiente. É extremamente difícil atrair os idosos para as abordagens e atividades oferecidas. No entanto identifica-se a música como um

instrumento de forte atração para os idosos, ainda que o encontro, mediado pela música, possibilita o seu crescimento pessoal²³.

Os idosos junto do acompanhamento dos estagiários realizaram a preparação de uma festa junina, toda a organização da festa teve a participação dos idosos. Percebe-se que ao proporcionar aos idosos sua participação, permitindo que compartilhem conhecimentos e troquem experiências, fornece a efetivação de laços de amizade e momentos de lazer. Contribuem ainda para o restabelecimento da auto-imagem positiva, uma vez que, em geral, a rotina institucional não favorece a utilização das potencialidades dos idosos²⁴.

Outra oportunidade elaborada pelos estagiários foi um passeio a um museu, nesta situação identificou-se que os idosos estiveram envolvidos e interessados em conhecer um lugar novo. Este dado se intensifica devido ao fato de as estruturas do espaço visitado bem como o meio de transporte utilizado, não fornecer o máximo de conforto e comodidade, e ser de acessibilidade inadequada. Os idosos institucionalizados oferecem resistência às atividades propostas, no entanto avaliaram que a resistência se desfaz, transformando-se em surpresa e alívio, quando os idosos constatarem suas possibilidades e potencialidades individuais para o desenvolvimento das atividades²⁵.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em relação às temáticas observadas, podemos identificar que houve semelhanças significativas entre a instituição 1 e 2. Em ambas as instituições os espaços oferecidos aos idosos, acabam por não serem aproveitados ao máximo, também identificamos que os idosos não se relacionam de forma espontânea, ficando esta lacuna também nas relações com os funcionários.

Compreendemos que as influências promovidas pelo estágio nas rotinas da instituição 2, não ocorreram de forma significativa em relação aos dias em que a instituição não conta com as abordagens realizadas pelos acadêmicos. No entanto, a

partir das observações e conversas com profissionais envolvidos no processo investigativo, concluímos que as influências promovidas pelos estagiários foram significativamente positivas. Promovendo durante as abordagens novas possibilidades e experiências aos idosos.

Com base nos autores, identificamos que as propostas pedagógicas da educação física utilizada pelos acadêmicos, foram capazes de oferecer aos idosos maiores possibilidades de desenvolverem suas capacidades físicas, mentais e ainda proporcionando que passem por novas experiências.

REFERÊNCIAS

1. Schneider RH, Irigaray TQ. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*. 2008 Out-Dez; 4 (25): 585-593.
2. Maciel MG. Atividade física e funcionalidade do idoso. *Motriz*. 2010; 16(4): 1024-1032.
3. Mazo GZ, Mota JAPS, Gonçalves LHTI. Atividade física e qualidade de vida de mulheres idosas. *RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*. 2005 Jan-Jun; 115-18.
4. Gerez AG, MIRANDA M. J, Camara MC, Velardi M. A prática pedagógica e a organização didática dos conteúdos de educação física para idosos no projeto sênior para a vida ativa da usjt - uma experiência rumo à autonomia. *Rev. Bras. Cienc. Esporte*. 2007; 28(2): 221-236.
5. AQUINI SN. “o yoga e o idoso: rumo ao alto da montanha”: os efeitos da prática de yoga de acordo com a percepção de idosos[Dissertação]. Santa Catarina: Universidade Federal de Santa Catarina; 2010.
6. Borges MRD, Moreira ÂK. Influências da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desempenho nas AVDs e AIVDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários. *Motriz*. 2009; 15(3): 562-573.

7. Silva MV, Silva ES, Alencar GCA, Rocha FCV, Batista OL, Gonçalves SG. O significado de ser idoso e conviver em uma instituição asilar. *Revista de Pesquisa e Cuidados Fundamentais*. 2013; 5(6): 325-37.
8. Daolio J. *Educação Física e o Conceito de Cultura*. 2 .ed. São Paulo: Autores Associados; 2007.
9. Flores GC, Borges ZN, Budó MLD, Mattioni FC. Cuidado Intergeracional com o Idoso: Autonomia do idoso e presença do cuidador. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 2010; 31(3): 467-74.
10. Stella F. *Depressão no Idoso: Diagnóstico, Tratamento e Benefícios da Atividade Física*. Motriz. 2002; 8(3): 91-98.
11. Ribeiro AP, Souza ER, Atie S, Souza AC, Schilithz AO. A influência das quedas na qualidade de vida de idosos. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2008; 13(4): 1265-73.
12. Araujo AB. Trabalho e Afeto: A Relação Entre Cuidadores e Idosos em uma Instituição de Longa Permanência. *Revista Habitus–IFCS/UFRJ*. 2011; 9(2): 07-23.
13. Oiveira JM, Rozendo CA. Instituição de longa permanência para idosos: um lugar de cuidado para quem não tem opção?. *Rev Bras Enferm*. 2014; 67 (5): 773-79.
14. Creutzberg M, Gonçalves LHT, Sobottka EA. Instituição de Longa Permanência para Idosos: A Imagem que Permanece. *Texto Contexto Enferm*. 2008; 17(2): 273-79.
15. Ueno LM, Okuma SS, Miranda ML, Ho WJFLL. Análise dos Efeitos Quantitativos e Qualitativos de um Programa de Educação Física sobre a Flexibilidade do Quadril em Indivíduos Com Mais de 60 Anos. *Motriz*. 2000; 6(1): 9-16.
16. Florindo AA. *Educação física e promoção em saúde*. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. 1998; 3(1): 84-89.

17. Andreotti MC, OKUMA SS. Perfil Sócio e de Adesão Inicial de Idosos Ingressantes em um Programa de Educação Física. Rev. Paul. De Educação Física. 2003; 17(2): 142-53.
18. Gil, AC. Como elaborar projetos de pesquisa. 5. ed. São Paulo: Atlas; 2008.
19. Schmidt VRH, Wosiack RMR. Resgatando a auto-estima do idoso mediante a expressão gráfico-plástica e modelagem de máscaras. RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano. 2007; 4(2): 31-39.
20. Prado ECG, Santana NQ. Presença da educação física na saúde do idoso: caso da unidade de atenção básica à saúde da família em Goiânia/GO. [internet] Trabalho apresentado no XIX Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte (CONBRACE) e VI Congresso Internacional de Ciências do Esporte (CONICE); 2015 [acesso em 24 Jul. 2015]; Vitória-ES. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2015/6conice/paper/view/7096/3377>.
21. Carvalho P, Dias O. Adaptação dos Idosos Institucionalizados. Millenium. 2011; 40: 161-84.
22. Mourão CA, Silva NM. Influência de um programa de atividades físicas recreativas na autoestima de idosos institucionalizados. RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano. 2010; 7(3): 324-34.
23. Leão ER, Flusser V. Música para idosos institucionalizados: percepção dos músicos atuantes. Rev Esc Enferm USP. 2008; 42(1): 73-80.
24. Genaro KD, Calobrizi MDD. Convivência grupal x qualidade de vida na terceira idade. Revista Iluminart. 2012; 4(9): 93-110.
25. Balla E, Scortegagna HM. Uso do tempo livre através de recursos expressivos: contribuição para um grupo de idosos institucionalizados. Estud. interdiscipl. envelhec. 2014; 19(2): 471-84.