

## **Atividades lúdicas em Instituição de Longa Permanência: Um relato de experiência**

Autor: Mayara Silva de Souza Guedes (1); Co-autor: Clécia Pinheiro Pimentel (2); Co-autor: Maylanne Stephanie Gomes da Silva (3); Co-autor: Wedja Maria da Silva (4); Orientador (a): Beatriz Santana de Souza Lima (5)

- (1)Faculdade Estácio de Alagoas-FAL- E-mail: mayaraguedes1@hotmail.com  
(2)Faculdade Estácio de Alagoas-FAL-E-mail: clecia25enfermagem@gmail.com  
(3)Faculdade Estácio de Alagoas-FAL-E-mail: may.stg@hotmail.com  
(4)Faculdade Estácio de Alagoas-FAL-E-mail:wedja.2015@hotmail.com  
(5)Universidade Federal de Alagoas -E-mail: biassl@hotmail.com

### **Introdução**

O envelhecimento pode ser compreendido como um processo natural, de diminuição progressiva da reserva funcional dos indivíduos que recebe o nome de senescência, o que, em condições normais, não costuma provocar qualquer problema. No entanto, em condições de sobrecarga como, por exemplo, doenças, acidentes e estresse emocional, pode ocasionar uma condição patológica que requeira assistência nesse caso a senilidade.<sup>1</sup>

As políticas públicas no Brasil determina que os cuidados às pessoas idosas devem ser compartilhados entre a família, a sociedade e o Estado, devendo os mesmos prover meios que garantam a sociabilidade, resguardem o bem-estar, a dignidade e o direito à vida. Diante desse contexto, uma das alternativas de cuidados não familiares existentes corresponde às instituições de longa permanência para idosos (ILPIs), sejam públicas ou privadas.<sup>2</sup>

Envelhecer é um processo complexo que exige capacitação específica dos profissionais para a contemplação dos seus múltiplos aspectos. Ao se remeter ao envelhecimento em ILPI, o desafio se torna ainda maior, pois tal processo se apresenta com um significado próprio e diferente, exigindo dos profissionais, além das suas habilidades específicas, um sentimento aguçado para compreender a subjetividade de se residir em tais instituições.<sup>3</sup>

O envelhecimento ativo centra-se na otimização das oportunidades de saúde, na participação nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, além de segurança, a fim de melhorar a qualidade de vida dos idosos e aumentar a expectativa de vida saudável.<sup>4</sup> As ações de educação em saúde para idosos necessitam de metodologias que atentem para a complexidade do processo de

envelhecimento e relacionem os fatores que cercam o indivíduo, como as crenças, valores, normas e modos de vida.<sup>5</sup>

A existência de espaços coletivos para a troca de informações e experiências, bem como os contatos informais do dia a dia contribuem para aproximar os interlocutores. Os espaços de comunicação, como grupos reflexivos e rodas de conversa, reafirmam a importância da construção coletiva do cotidiano no espaço.<sup>6</sup>

Nesse sentido, a atividade lúdica vem com uma intervenção eficaz nesse processo, e tais ações foram elaboradas com o propósito de contribuir para uma maior qualidade de vida, incluindo na rotina dos idosos da instituição a prática sistemática de atividades lúdicas em grupos, a fim de resgatar a autoestima dos idosos institucionalizados.

## **Metodologia**

Estudo descritivo do tipo relato de experiência. Para a elaboração da atividade, os acadêmicos do curso de enfermagem dividiram-se em equipes e distribuíram as atividades para facilitar no desenvolvimento da ação. Os profissionais que atuam diretamente com os idosos institucionalizados foram convidados a participar e houve uma interação positiva com os alunos e os profissionais da instituição, desse modo, foi necessário uma semana para o planejamento da ação.

Como a ação foi feita no mês de outubro os alunos usaram como temática o Outubro Rosa, dentre as atividades desenvolvidas podemos citar o desfile com as idosas; músicas; dinâmicas, jogos, atividades manuais, brincadeiras e danças. As ações lúdicas podem ser utilizadas como instrumento para o aprendizado terapêutico, pelos jogos, brincadeiras e dinâmicas utilizadas, desenvolvendo a capacidade cognitiva e biopsicossocial destes idosos e assim motivar a sua autonomia e o autocuidado.<sup>6</sup>

É importante o desenvolvimento de atividades que estimulem e/ou mantenham os idosos ativos mentalmente, através de exercícios que envolvam a atenção, concentração, pensamento lógico e memória, baseado nas possibilidades físicas e mentais individuais.<sup>7</sup> Após o desfile, foi realizado um bingo onde cada idoso jogava com o auxílio de um aluno de enfermagem os prêmios eram kits de higiene e acessórios, o lanche coletivo com alimentos leves e saudáveis onde tivemos a oportunidade de conversar e saber a opinião deles sobre a ação realizada.

## **Resultados**

Os resultados alcançados foram satisfatórios, pois observou-se uma boa interação dos idosos quanto às atividades e ao tema, algumas demonstraram timidez mais logo foram se deixando levar pelas brincadeiras. Ao término das atividades, os idosos nos agradeceram e nos perguntaram quando seria a próxima atividade.

Observou-se boa participação dos idosos quanto às atividades realizadas na ILPI. Os idosos interagiram positivamente mostrando alegria e entusiasmos. Algumas demonstraram timidez mais logo foram se deixando levar pelas brincadeiras. Segundo os cuidadores, atividades como essa não são realizadas com frequência na ILPI, com isso, mostra-se a necessidade dos profissionais de buscar meios lúdicos e interativos que possam proporcionar momentos agradáveis e de estímulos para os idosos institucionalizados.

Um ambiente divertido, dinâmico e interativo é fundamental para que os idosos institucionalizados possam interagir e desenvolver mais autonomia, proporcionando assim melhorias na sua saúde e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida.

## **Conclusões**

Com essa ação foi possível identificar a falta de atividades que proporcionem interação dos idosos institucionalizados e perceber o quanto isso afeta a sua saúde, seja ela mental ou física. As atividades lúdicas ajudam ao idoso a estimular habilidades que ficam limitadas devido ao envelhecimento, portanto é fundamental importância à prática de atividades físicas e recreativas.

## **Referências Bibliográficas**

1-Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica. Normas e Manuais Técnicos: Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. 2007.

2-Ministério da Saúde (BR). Resolução da Diretoria Colegiada - RDC/ ANVISA N° 283, de 26 de setembro de 2005. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2005.

3-Nunes JT et al. Reflexões sobre os cuidados de enfermagem a idosos institucionalizados. Revista Kairós Gerontologia, 17(1), pp.355-373. ISSN 1516-2567.ISSNe 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

4-World Health Organization (WHO). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan -Americana da Saúde; 2005.

5-Mallmann DG et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. Ciência & Saúde Coletiva, 20(6):1763-1772, 2015

6-Fleuri, A. C. P. et al. Atividades lúdicas com idosos institucionalizados. Rev. Enfermagem, v. 16, n. 1, p. 50-57, 2013.

7- Mello, B.L.D.; Haddad, M.C.L.; Dellaroza,M.S.G. Avaliação cognitiva de idosos institucionalizados. Acta Scientiarum Health Sciences, Maringá, v. 34, n. 1, p. 95-102, Jan.- June, 2012.