

## REALIZAÇÃO DE UM BINGO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: um relato de experiência

Álef Lamark Alves Bezerra <sup>1</sup>

Nayara Batista Marques <sup>2</sup>

Vanessa Souto Maior <sup>3</sup>

José Artur de Paiva Veloso <sup>4</sup>

### RESUMO

**Introdução:** A realização de atividades lúdicas melhora a capacidade de entretenimento, socialização, memorização, ao explorar as habilidades dos idosos. Além disso, por ser considerado uma forma de aplicação de Cuidados Paliativos, o momento visou, por meio da dinâmica, a redução dos diversos efeitos advindos da senilidade nos pacientes, que afeta, principalmente, a capacidade cognitiva dos indivíduos acometidos. **Objetivo:** relatar os efeitos de uma atividade lúdica (bingo) em idosos residentes de uma Instituição de Longa Permanência. **Metodologia:** Relato de experiência de uma prática de educação em saúde com um grupo de 20 idosos, vivenciada por estudantes de medicina no dia 24 de novembro de 2018 na Instituição de Longa Permanência Vila Vicentina. **Resultados e discussão:** Podemos observar que o bingo gerou uma interação entre os idosos que aderiram a atividade, gerando um momento de lazer e descontração. A instituição nos deu apoio e colaborou para que a dinâmica fosse realizada com engajamento dos participantes. **Considerações finais:** A atividade realizada é um dos exemplos de interações que beneficiam a saúde mental dos idosos institucionizados, pois colabora para a socialização e o estímulo cognitivo concomitantemente. Deve-se, portanto, pesquisar outras formas de aumentar a adesão dos idosos nessas atividades.

**Palavras-chave:** Ludoterapia. Idosos. IPLI

### INTRODUÇÃO

Segundo o IBGE (2011) a duração média de vida da população brasileira vem mudando mediante às transformações socioeconômicas, políticas e tecnológicas ocorridas na sociedade. Dessa forma, é previsível que até o ano de 2025 o Brasil esteja entre as seis maiores população de idosos no mundo. Além disso, estima-se que esse mesmo número poderá quadruplicar até 2060, se esse ritmo de crescimento for mantido (BRASIL, 2011).

Nesse mesmo cenário, há também o crescimento de idosos vivendo em instituições de longa permanência, sendo a maioria levada pela família por diversos motivos, os quais se destacam razões psicológicas, financeiras e familiares (FRANÇA, 2006).

<sup>1</sup> Médico pela Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, [aleflamark@gmail.com](mailto:aleflamark@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduando pelo Curso de medicina da Faculdade de Medicina Nova Esperança - FAMENE, [nayara.batistamarques@gmail.com](mailto:nayara.batistamarques@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduando do Curso de medicina da Faculdade Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, [vanessasmporto@gmail.com](mailto:vanessasmporto@gmail.com);

<sup>4</sup> Orientador de graduação e pós-graduação lato sensu na área de ciências da Reabilitação, [arturvelosofisio@gmail.com](mailto:arturvelosofisio@gmail.com);

No contexto dos idosos que reside em instituição de longa permanência, há características peculiares dentro desse grupo, como a falta de acolhimento familiar, renda e independência funcional, além disso, muitas vezes coexistem fragilidades físicas e mentais que exigem um monitoramento específico pelos cuidadores, por meio de atividades dinâmicas que promovam integração, autonomia e qualidade de vida (GUIMARAES et al., 2016).

Percebe-se que é imprescindível a garantia de estímulo à capacidade funcional, mental e cognitiva do idoso, por meio do investimento em ações de cuidado, prevenção e controle de doenças próprias dessa idade, sendo as atividades lúdicas e físicas se constituem como intervenções primordiais nesse processo, com objetivo de promover uma maior qualidade de vida aos gerontes (GUIMARÃES, 2016).

Portanto, é possível notar que a prática de atividades de lazer para idosos influencia suas vidas de forma positiva contribuindo significativamente para o estabelecimento e manutenção dos fatores biológicos, psicológicos e sociais (FLEURÍ, 2013).

Ações lúdicas visam promover a independência, autonomia, vínculos interpessoais, lazer, bem estar lúdico e mental, afeto, atenção, escuta e evitar solidão, sofrimento psíquico, rebaixamento da autoestima e insegurança e promove a manutenção dos fatores biológicos, psicológicos e sociais e valorização das características do indivíduo (FLEURI, 2013).

Estimulação cognitiva realizada com atividade lúdicas traz benefícios como retardar o quadro de demências mais agravantes, além de estimular a capacidade de raciocínio e socialização do idoso (PINHEIRO; GOMES, 2014).

Dentre as práticas de lazer dos idosos viventes em instituição de longa permanência, as mais comuns são as religiosas, relações interpessoais, ginástica, assistir televisão e práticas manuais e artesanais (MOURA; SOUZA, 2013).

Desse modo, atividades lúdicas com idosos são instrumentos de animações, que promovem divertimento, lazer e convívio, bem como proporcionam habilidades e disposição na realização de atividades de vida diária (METZNER, 2012).

O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de estudantes de graduação em desenvolver ações lúdicas, como o bingo, voltadas para o público de idosos institucionalizados, conforme a importância destas para a promoção de saúde mental e qualidade de vida.

## **METODOLOGIA**

Relato de experiência de uma prática de educação em saúde com um grupo de 20 idosos, vivenciada por estudantes de medicina no dia 24 de novembro de 2018 na Instituição de Longa Permanência Vila Vicentina do bairro Torre localizada na cidade de João Pessoa/PB. Para maior aproveitamento da atividade, realizou-se duas reuniões, sendo a primeira para decidir qual ação iríamos realizar e a segunda para definir as etapas a serem cumpridas para o bom proveito da ação.

Como critério de inclusão, adotou-se o fato de ser idoso institucionalizado no local em questão com capacidade cognitiva em participar do bingo e o critério de exclusão consistiu em idoso que se recusou a participar da ação. Dado que objetivava a maior adesão possível dos idosos, os estudantes que fizeram papel de facilitadores, convidando os idosos a participarem da atividade.

Na prática foram utilizados um globo de bingo contendo 90 pedras redondas cada qual com um número designado, 20 cartelas de bingo com 25 números correspondentes as pedras, 400 grãos de feijão, seis mesas, 20 cadeiras e 20 prêmios para ser dado aos participantes de acordo com a ordem dos vencedores.

## **DESENVOLVIMENTO**

O bingo foi realizado no dia 24 de novembro de 2018 às 08 horas tendo como organizadores sete discentes de medicina que estavam realizando uma Pesquisa na Vila Vicentina e se propuseram a realizar uma ação lúdica no intuito integrar e socializar os idosos entre si, aproximar a relação pesquisador-participante e fornecer benefícios a saúde adquiridos com a prática realizada, e 15 discentes do curso de medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba participantes de um Projeto de Extensão cujo tema é a saúde do idoso, convidados pelos pesquisadores. Essa ação teve duração média de aproximadamente duas horas e teve um total de 20 idosos participantes distribuídos em cinco mesas.

O delineamento do presente relato de experiência “REALIZAÇÃO DE UM BINGO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: um relato de experiência” foi realizado nas seguintes etapas: 1) – Descrição da experiência; 2) – Resgate das fotografias da atividade; 3) – Busca de artigos sobre o mesmo tema; 4) – Discussão dos resultados.

A pesquisa de bibliografia foi realizada, em abril e maio de 2019, por meio das plataformas de indexação PUBMED, SCIELO, LILACS, e os descritores utilizados foram “atividades lúdicas” AND “idosos”.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Figura 1 – Oficina-bingo



**Fonte:** BEZERRA et al., 2019.

Houve um minucioso preparo para essa oficina, visto que foram feitas reuniões organizativas prévias para definir os brindes, treinar os envolvidos, preparo do ambiente acolhedor e toda a ação e planejamento foi repassada para Instituição de Longa Permanência a fim de que pudéssemos nos prevenir de qualquer eventual infortúnio. Ademais, um pesquisador foi previamente ao local no intuito de confirmar a disponibilidade do local para o dia planejado e conferir se as peças do bingo estavam em estado adequado. É válido citar que Munhoz. et al. (2016) também realizaram uma oficina-bingo semelhante e atribui a eficácia de sua ação ao planejamento prévio. Isso demonstra a importância de planejar previamente as ações.

A fim de facilitar o reconhecimento dos organizadores do evento, todos os organizadores foram vestidos com a camisa vermelha uma vez que a data do evento foi próxima

ao data do natal. Outrossim, realizou-se previamente uma decoração natalícia do lugar com o intuito de remeter o evento ao feriado e os prêmios a “um presente de natal”.

Todos os idosos participantes receberam uma cartela, havia um globo para o sorteio dos números e em cada número sorteado os idosos assinalavam a cartela com um grão de feijão. Munhoz. et al. (2016) também utilizaram essa prática em sua ação e relata boa adesão. Ademais, os graduandos foram divididos de acordo com as atividades: rodar a roleta, pegar os números e chamar, auxiliar os idosos com as cartelas e conferir os números.

Devido a alguns idosos terem doenças que provocam déficits cognitivos como o Alzheimer e outros possuírem déficits auditivos, em cada mesa havia ao menos um acadêmico a fim de orientar os idosos quanto a marcação dos números e alguns idosos, que necessitavam de mais atenção, dispunham de um aluno exclusivo para orientá-lo. Além mais, cada número era repetido no mínimo duas vezes e relacionado a algum tema. Deste modo, assumindo o compromisso com o princípio da equidade (FIGUEIREDO. et al., 2019).

Oferecer diversas atividades não é condição única para envolver participantes, mas sim o empenho que favoreça suporte às interações (ALVES DE MOURA; DE SOUZA, 2013).

Garces. et al. (2011) realizou atividades físicas, fisioterapêuticas e arteterapia em idosos com Alzheimer e percebeu que essas atividades extras colaboram para a socialização, manutenção da capacidade funcional e percepções de sentimentos, afetos e lembranças dos idosos. Tendo em vista esses benefícios como apoio aos cuidadores para enfrentamento desse momento difícil e pesaroso das suas vidas.

Conforme os idosos completavam a cartela, eles se dirigiam a uma mesa natalina de prêmios e escolhiam um da mesa. A fim de remeter a atividade a algo prazeroso e não apenas competitivo, trouxemos o quantitativo de prêmios igual ao quantitativo de participantes. Assim, os prêmios eram referenciados como “presentes de natal” e a vantagem do integrante que ganhasse primeiro era poder escolher qual presente iria ganhar. A guisa de exemplos, os prêmios iam desde kits de higiene, kits de limpeza, kits de saúde, até kits de beleza.

Figura 2 – Entrega dos prêmios (“presentes de natal”)



**Fonte:** BEZERRA. et al., 2019.

Ao final da experiência, os autores se reuniram para discutir os pontos positivos e os que poderiam ser melhorados. Enquanto os primeiros foram que o planejamento prévio e o apoio da instituição permitiu uma boa adesão e engajamento por parte dos idosos, os segundos foram que deveríamos ver novas formas de aumentar adesão, visto que embora ela tenha sido satisfatória, acreditamos que poderia ter sido ainda maior.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É notável o desenvolvimento da futura postura profissional de acordo com as práticas realizadas durante o período de graduação. Dessa forma, é valioso o contato dos discentes com um grupo de pessoas longevas, mais limitadas e com necessidades diferentes, assim como a realização de atividades, que cobram dos alunos uma visão mais ampla sobre equidade e sua aplicação durante todo o aprendizado.

Acredita-se que o cuidado minucioso auxiliou na repercussão positiva do evento, promovendo participação espontânea dos idosos e a verbalização de satisfação durante após a participação dos mesmos.

Ademais, a experiência foi benéfica para os idosos que puderam se beneficiar de um momento lúdico e interativo que foge da rotina da instituição, proporcionando uma vivência benéfica para a saúde mental, interação social e estímulo ao cognitivo.

## REFERÊNCIAS

ALVES DE MOURA, Giselle; DE SOUZA, Luciana Karine. Práticas de lazer de idosos institucionalizados. **Movimento**, v. 19, n. 4, 2013. Disponível em <<https://www.redalyc.org/html/1153/115328881004/>>. Acesso em: 19 de maio de 2019.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. **Sinopse do Senso Demográfico de 2010**. Rio de Janeiro: IBGE; 2011

FIGUEIREDO, Daniella Santa et al. Health promotion to social determinants: possibility for equity. **Journal of Nursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE**, v. 13, n. 4, 2019.

FLEURÍ, Amanda Caroline P. et al. Atividades lúdicas com idosos institucionalizados. **Enfermagem Revista**, v. 16, n. 1, p. 50-57, 2013.

GARCES, Solange Beatriz Billig et al. Relatos de experiências:(com) vivência com idosos que apresentam Alzheimer. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 16, n. esp, 2011. Disponível em: <<https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/17919>>. Acesso em: 19 de maio de 2019.

GUIMARAES, A.C. et al . Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei ,v. 11, n. 2, p. 443-452, dez. 2016.

METZNER, A. C. Atividades lúdicas na terceira idade: benefícios para um grupo de mulheres da cidade de Jaborandi. **Revista Fafibe On-Line**, ano V, n.5, p. 01-06, nov. 2012.

MUNHOZ, OL. et al. Oficina bingo da saúde: uma experiência de educação em saúde com grupos de idosos. **Rev. Min. Enferm**, 20:e968, 2016.

PINHEIRO, Sarah Brandão; GOMES, Mariana Lima. EFEITOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS NO IDOSO COM ALTERAÇÃO DO COGNITIVO LEVE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista pesquisa em fisioterapia**, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014. Disponível em <<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/369>>. Acesso em 19 de maio de 2019.