

**ARTIGO ORIGINAL****Atividades lúdicas com idosos institucionalizados****Ludica activities with institutionalized elderly**

Amanda Caroline P. Fleuri¹, Ana Carolina S. de Almeida¹, Ana Jovem Diniz¹, Lilian Arianne D. de Magalhães¹, Lorraine Helena C. Ferreira¹, Natália de Cássia Horta², Mirella Tamara M. Prata¹, Rosângela Maria de Moura¹.

RESUMO

Trata-se de um relato de experiência envolvendo uma Instituição de Longa Permanência e Acadêmicas do 6º período do curso de graduação em Enfermagem. O intuito da proposta é proporcionar uma interação entre os institucionalizados, contribuindo de forma direta para uma melhor qualidade de vida. Os benefícios também repercutem no âmbito social, melhorando o desempenho funcional, mantendo e promovendo a independência e a autonomia daqueles que envelhecem. Os resultados alcançados foram positivos. Houve participação ativa dos idosos, demonstrando satisfação, boa interação com as acadêmicas e com os demais institucionalizados. Considerando a proposta estabelecida de fortalecer os vínculos interpessoais e proporcionar um momento de lazer e bem-estar físico e mental, pode-se observar que a atividade lúdica mostrou-se como uma forma relevante de propiciar tais benefícios.

Descritores: Enfermagem. Instituição de Longa Permanência. Idosos. Participação Comunitária. Lazer.

¹Discentes de Enfermagem da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Unidade Barreiro.

²Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Professora da PUC Minas. Email: nanahorta@yahoo.com.br

ABSTRACT

This is an experience report involving an institution of a Long Term Academic of the 6th period course in Nursing. The purpose of the proposal is to provide an interaction between institutionalized, contributing directly to a better quality of life. The benefits also resonate within social, improving functional performance, maintaining and promoting the independence and autonomy of the aging population. The results were positive. There was active participation of the elderly, demonstrating satisfaction, good interaction with academic and other institutionalized. Considering the proposal established to strengthen interpersonal bonds and provide a moment of leisure and physical well-being and mental health, it can be seen that the play activity proved to be a relevant way to provide such benefits.

Keywords: Nursing. Establishment of Long Term. Seniors. Community Participation. Leisure.

INTRODUÇÃO

As alterações ocorridas no quadro demográfico brasileiro levaram ao aumento da população idosa nos últimos anos. Esta fase da vida requer dos familiares e das pessoas do convívio pessoal do idoso, cuidados especiais. Entretanto, nem todos os componentes do núcleo familiar tem disponibilidade para prestar os cuidados necessários. Há também um déficit de tolerância ou de estrutura familiar para apoio a esse ente que necessita de atenção e, como consequência estes idosos são inseridos em instituições de longa permanência.

É válido refletir se esses serviços tem tido condição de contemplar todas as necessidades dos institucionalizados, englobando além dos cuidados propriamente ditos, as demandas de afeto, atenção, escuta.

A solidão, a falta de afeto e de atenção podem ocasionar um sofrimento psíquico, como a depressão. Sendo assim, é de fundamental importância desenvolver ações de lazer, como por exemplo, atividades física, musical, artística, artesanal ou de outra ordem, para que haja a diminuição do estresse, depressão, angústia, ansiedade. É uma estratégia para preencher o tempo ocioso, contribuindo de forma direta para uma melhor qualidade de

vida. Os benefícios também repercutem no âmbito social, melhorando o desempenho funcional, mantendo e promovendo a independência e a autonomia daqueles que envelhecem. Entre os idosos, é constatado que a prática de atividades de lazer diminui o risco de institucionalização, do uso de serviços de saúde e de medicamentos. 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.

Segundo Gaspari e Schwartz¹, a pessoa “idosa” experimenta algo que se imagina ser privativo ao adolescente. Tal como nesta fase de transição entre a juventude e a fase adulta do ser humano, o “idoso” enfrenta uma verdadeira crise de identidade durante a qual é afetado em sua autoestima positiva e, inclusive, na aceitação de si mesmo. Numa reação em cadeia, o rebaixamento da autoestima e as inseguranças quanto à identidade refletem-se na autonomia, liberdade, convívio social e afetam não apenas a frequência, como também a qualidade dos relacionamentos interpessoais e dos vínculos afetivos no grupo.

No Curso de Enfermagem da PUC Minas, na disciplina de Práticas Investigativas e Extensionistas é

proporcionado aos discentes a vivência de uma ação comunitária.

O trabalho comunitário se resume em ações de cooperação, em prol de objetivos comuns, despertando no indivíduo maior consciência participativa e interferindo positivamente na vida das pessoas.

Por meio do trabalho comunitário, pode-se articular uma Rede Social que se trata da interligação da comunidade, uma trama, uma forma de promover à práxis e o empoderamento do indivíduo, de modo que agregue à vida das pessoas a partir de ações voltadas para a resolução de problemas e necessidades prioritárias da sociedade.

Visando uma assistência integralizada, o trabalho comunitário precisa buscar desenvolver as potencialidades física, social e psicológica, em amparo muitas vezes, à solidão, insatisfação funcional e social,

vivenciada pelos idosos mais expressamente encontrados nas ILPI's, os quais buscam reinserção em um lugar social atuante.

Considerando esta temática da rede social, trabalho comunitário, crescimento populacional e do cenário de projeção da população idosa em termos nacionais e até no âmbito mundial, e diante da necessidade de ações focadas ao atendimento bio-psico-social da pessoa idosa, este trabalho buscou proporcionar aos idosos do Centro de Convivência Paulo Fagundes da Fonseca, atividades de lazer que contribuam para o estreitamento dos laços interpessoais e da interação entre os institucionalizados, favorecendo o autoconhecimento, a valorização das características individuais destes e a melhora do bem estar físico e mental através de dinâmicas interativas em grupo e do emprego da música.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trata-se de intervenção desenvolvida no Centro de Convivência Paulo Fagundes da Fonseca, localizado no Bairro Bonsucesso, Belo Horizonte (MG), no segundo semestre de 2012. Residem no local sessenta e oito (68)

institucionalizados com faixa etária média de 70 anos. Esta proposta contemplou a consideração de três disciplinas desenvolvidas no 6º período do curso de graduação em Enfermagem, da PUC Minas Barreiro.

Partindo do conceito de trabalho comunitário e redes sociais, selecionou-se um local que possibilitasse uma

intervenção, tendo como ponto norteador a demanda da instituição escolhida.

Para identificar as demandas da instituição foram realizadas duas visitas iniciais, com intuito de diagnosticar as necessidades prioritárias que necessitassem de ações resolutivas.

Realizou-se, no dia 25 de agosto de 2012, a primeira visita ao Centro de Convivência, com o intuito de conhecer o local, sua missão, perfil dos moradores e funcionários e também a rotina de funcionamento. Em uma segunda oportunidade, no dia 03 de setembro de 2012, realizou-se a segunda visita e a partir dela pôde-se completar o Roteiro Diagnóstico da Instituição, através do qual conseguiu-se maior esclarecimento acerca das questões a serem avaliadas para uma melhor intervenção no local.

Notou-se desde o primeiro contato com os moradores que eles estavam muito fragilizados e que precisavam de atividades que promovessem uma maior interação entre eles. Com isso, a maior necessidade destes era uma atividade que proporcionasse o lazer, buscando-se como resultado o estreitamento dos laços interpessoais e a melhora do bem estar físico e mental. Sendo assim, elaborou-se um primeiro esboço do trabalho que foi apresentado à instituição no dia 24 de setembro de 2012, com o intuito de validar

a proposta. E no dia 27 de setembro os componentes do grupo reuniram-se com a psicóloga da instituição para os ajustes necessários e agendamento das intervenções.

Realizou-se no dia 09 de outubro de 2012, de 14 às 16 horas, a primeira atividade de intervenção no Centro de Convivência referido. O grupo de acadêmicas chegou à Instituição às 13 horas, com intuito de organizar o local onde seria a intervenção e mobilizar os idosos a participarem da mesma.

Dos 68 institucionalizados, 38 participaram da atividade e os demais, além dos acamados que não tinham condição de se acomodar em outro local, estavam descansando ou indispostos.

Iniciou-se a atividade a partir de uma roda, no Quiosque da Instituição, onde estavam os 38 participantes e a psicóloga. O primeiro momento da dinâmica realizada, chamado “Identidade”, tinha a finalidade de apresentação pessoal de cada participante, onde as acadêmicas perguntavam a cada idoso seu nome e idade e repetia em voz alta para que todos ouvissem, contribuindo desta forma, para maior interação entre todos e melhor desenvolvimento da dinâmica seguinte.

Posteriormente, foi iniciado o segundo momento da dinâmica, denominado “Caixa de Presente”, cujo

intuito era de estimular o pensamento, a memória e a autoestima, visto que o participante era incentivado a indicar uma pessoa, que melhor se assimilasse à característica (virtude) indicada, a receber a caixa. E assim sucessivamente a caixa era repassada a cada característica anunciada, sendo que a última característica era “generosidade” onde a pessoa escolhida ficaria definitivamente com a “caixa de presente”, podendo então abri-la e como sendo uma pessoa generosa, distribuir seu conteúdo com todos. Neste caso, o conteúdo era uma foto representativa da Salada de Frutas que foi partilhada entre todos.

Através dos relatos obtidos, durante as visitas realizadas, dos profissionais da instituição e dos próprios idosos, constatou-se que era de grande interesse por parte deles a realização de uma atividade com música, visto que alguns participavam do coral da instituição, portanto a segunda intervenção tratou-se de uma atividade denominada “Seresta em Roda”, que reunia as músicas do repertório do coral, facilitando assim a participação ativa dos idosos.

Esta intervenção se iniciou às 14 horas e 30 minutos do dia 15 de novembro de 2012, e contou com a participação ativa de 23 idosos.

As acadêmicas de Enfermagem chegaram às 13 horas no local, para mobilizarem os idosos a participarem da atividade e também para um breve ensaio das músicas que seriam cantadas no momento da intervenção.

Para auxiliar na atividade, as integrantes do grupo convidaram um estudante de música e um maestro e professor de música que contribuíram significativamente com a atividade, tocando violão e percussão.

Foram tocadas e cantadas várias músicas do Roberto Carlos e outros cantores, sugeridos pelos institucionalizados, principalmente da Jovem Guarda.

Após a execução da atividade no segundo dia da intervenção, foi disponibilizado, à diretoria e aos funcionários, um questionário avaliativo que considerava as observações dos profissionais do local diante das atividades realizadas. Aos participantes da intervenção o questionário foi aplicado de forma verbal, visto que alguns destes possuíam algumas deficiências que impediam a leitura.

As respostas obtidas foram analisadas frente aos objetivos e meta propostos, no intuito de estimar o quanto se alcançou da proposta feita pela disciplina e rever se a metodologia adotada

foi eficaz frente à necessidade dos institucionalizados. Para análise da intervenção, utilizou-se um Roteiro de

Avaliação da Atividade, que considerava a observação dos acadêmicos frente aos relatos dos participantes da atividade.

DISCUSSÕES

Observou-se uma boa interação e aceitação dos idosos quanto às dinâmicas. Houve participação ativa de todos, possibilitando tanto aos cadeirantes quanto aos deficientes visuais ou auditivos, uma participação integrada, sem exclusões e favorecendo o empowerment.

Empowerment significa o aumento do poder e da autonomia pessoal e coletiva de indivíduos e grupos sociais nas relações interpessoais e institucionais, principalmente daqueles submetidos a relações de opressão, discriminação e dominação social².

Conforme a meta de proporcionar aos idosos um momento de lazer e bem-estar físico e mental, notou-se ao término das atividades, um clima descontraído em que os idosos pareciam mais receptivos uns com os outros e até mesmo com as acadêmicas de enfermagem. Diante dos mecanismos, citados por Buss³, através dos quais os Determinantes Sociais de Saúde podem provocar iniquidade de saúde, destaca-se o enfoque “psicossocial”, observando-se que os indivíduos

submetidos à internações em Instituições de Longa Permanência (ILPI's), onde são afastados do convívio social e da vida na comunidade, podem sofrer consequências que debilitam o estado psicossocial, tornando necessária uma abordagem que possa garantir uma melhor manutenção da sua saúde e um suprimento de suas carências, portanto nota-se que a intervenção realizada contribuiu para a promoção de um momento de lazer, diminuindo o estresse e os alguns prejuízos à saúde desses indivíduos.

Segundo Becker e colaboradores², o relato oral de moradores participantes e o depoimento de membros da equipe são as principais técnicas para coleta de informação sobre o nível de indicadores de avaliação (indicadores de processo, indicadores de resultados).

As percepções e representações do morador são as fontes principais para a obtenção dos dados, e sua própria opinião, sentimento e auto-avaliação se tornam componentes do monitoramento do empowerment.².

Após finalizar a dinâmica do primeiro momento e agradecer aos

participantes pela atenção e interação, alguns idosos aproximaram-se das acadêmicas para agradecer e comentar sobre a experiência. Além dos agradecimentos, houveram comentários bem específicos, tais como: “Eita brincadeira gostosa!”; “Muito boa essa brincadeira!”; “Gostei muito!”; “Muito bom, muito bom!!!”; “Quando vocês vão voltar?”; “Obrigada por terem vindo!”; “Venham mais vezes, façam de novo!”; “A salada tava muito gostosa!”; entre outros.

Já na segunda intervenção, denominada “seresta em roda”, os idosos fizeram pedidos, cantaram sólo acompanhados do violão, bateram palmas, se emocionaram e até tocaram gaita, contribuindo e participando efetivamente no desenvolvimento da atividade, concretizando-se desta forma o objetivo da promoção do lazer.

A maioria dos estudos, ainda, faz referência ao emprego da música como uma excelente intervenção terapêutica para idosos que apresentam vários tipos de patologias⁴.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a implementação das atividades lúdicas propostas por este

Ao término da atividade supra citada, ouviram-se inúmeros agradecimentos, elogios e histórias dos tempos de juventude de alguns idosos emocionados, notou-se, então, uma enorme satisfação dos participantes, tanto idosos quanto os profissionais.

Há tempos reconhece-se que a música influencia o estado afetivo-emocional do ouvinte. Ela elicia sentimentos, sensações e pode induzir o indivíduo a fazer associações extramusicais, tanto agradáveis quanto desagradáveis⁴.

Portanto, diante do desfecho satisfatório notado pelas acadêmicas que guiaram a atividade, pôde-se avaliar, juntamente com os profissionais e idosos participantes desta, que a meta e objetivos propostos nesse trabalho foram cumpridos e validados. As atividades realizadas foram de grande relevância e trouxeram benefícios físicos e psicológicos aos idosos participantes.

projeto de intervenção na Instituição de Longa Permanência, conclui-se que, os idosos que participaram das atividades demonstraram satisfação e apresentaram uma boa interação com as acadêmicas e

com os outros idosos. Considerando a proposta estabelecida de fortalecer os vínculos interpessoais e proporcionar um momento de lazer e bem-estar físico e mental, pode-se observar que a atividade lúdica mostrou-se como uma forma relevante de propiciar tais benefícios.

É necessário ressaltar a importância das atividades lúdicas como um método de promover melhorias na qualidade de vida dos idosos institucionalizados e como um meio de fortalecer a autonomia de cada

indivíduo. Estabelecer relações entre os idosos é fundamental para uma boa estadia na instituição e para manutenção da saúde mental, uma vez que com a criação de vínculos o idoso não se sentirá sozinho, podendo então, fazer e fortalecer relações com os outros idosos da instituição. Quanto maior a interação entre eles, maiores serão os benefícios adquiridos e estes contribuirão para a melhoria da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

1. Gaspari JC; Schwartz, GM. O idoso e a ressignificação emocional do lazer. *Psic.: Teor. e Pesq.* [online]. 2005 [Capturado em: 14/09/2011]; vol.21, n.1, p. 69-76. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722005000100010>>.
2. Becker D, Edmundo K, Nilza R, Nunes D, Bonatto RS. Empowerment avaliação participativa em um programa de desenvolvimento local e promoção da saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2004 [Capturado em: 03/11/2012]; 9(3): 655-67. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232004000300017&script=sci_abstract&tlng=pt>.
3. Buss PM, Filho AP. A Saúde e seus Determinantes Sociais. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 2007. [Capturado em: 03/11/2012] 17(1): 77-93. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v17n1/v17n1a06.pdf>>.

4. Miranda MLJ, Godeli MRCS. Música, atividade física e bem-estar psicológico em idosos. *Rev. bras. ciênc. mov*; 2003. [Capturado em: 14/09/2011] 11(4): 87-94. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/532/556>>.

Correspondência:

Profa. Natália de Cássia Horta
Curso de Enfermagem – PUC Minas
Av. Afonso Vaz de Melo, 1.200 - Barreiro de Baixo - CEP: 30640-070 - Belo Horizonte - MG
Email: nanahorta@yahoo.com.br

Recebido em: 15/03/2013

Aceito em: 15/04/2013