

ATIVIDADES LÚDICAS COMO ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: INTERVENÇÕES NO COTIDIANO DE IDOSOS

Maria Joyce Tavares Alves¹, Gabrielle Mangueira Lacerda¹, Irislândia de Oliveira Batista¹,
Thaciane Maria Ferreira de Sousa¹, Maria Karuline Andrade e Silva¹, Iluska Pinto da Costa²

O envelhecimento traz consigo uma série de transformações físicas, psicológicas e sociais, requerendo novas estratégias de cuidado, à medida que a saúde, o estilo de vida e as perspectivas dos indivíduos também se modificam. Entre estas estratégias, as atividades lúdicas destacam-se como importantes instrumentos para o desenvolvimento de práticas de educação em saúde, de modo a promover um envelhecimento bem sucedido e favorecer a qualidade de vida dos idosos. O presente relato tem como objetivo descrever as ações de extensão desenvolvidas por alunos da Graduação em Enfermagem da UAENF/UFCG e alunos do curso técnico em Enfermagem da ETSC/UFCG, em duas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILP'S): o Abrigo Luca Zorn e a Casa de Amparo ao idoso Joca Claudino, localizadas no município de Cajazeiras-PB. As atividades lúdicas realizadas durante o projeto visaram motivar a adesão dos idosos às ações de caráter educativo, favorecer orientações sobre hábitos de vida saudáveis, estimular discussões de maneira descontraída sobre as mudanças advindas com o processo de envelhecimento, favorecer a capacidade cognitiva e proporcionar momentos para compartilhar saberes e experiências. Entre as atividades realizadas podemos destacar: leituras de livros, poesias e cordéis envolvendo o contexto cultural e regional; músicas e “cantigas” no intuito de resgatar valores e reativar a memória e atenção; dinâmicas e atividades manuais que incluíram desenhos, colagens e pinturas como forma de estimular a coordenação motora; brincadeiras e danças para favorecer o equilíbrio e sua mobilidade; peças teatrais e rodas de conversa enfocando temas em saúde. As ações educativas desenvolvidas através de atividades lúdicas permitiram maior envolvimento e participação dos idosos nas atividades, além da formação de vínculo entre os idosos e participantes do projeto. Os idosos interagem com os alunos muitas vezes sorrindo, cantando ou relatando fatos importantes da sua infância,

¹ Aluna do curso de Enfermagem, bolsista, joycealves26@gmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, gabrieellee@hotmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, irislandia_oliveira@hotmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, thacimfs@outlook.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, karol_una@hotmail.com;

² Coordenadora, Doutoranda em Enfermagem pela UFMG. Professora da ETSC/UFCG. lucosta.ufcg@gmail.com

juventude e da sua história de vida, representando momentos emocionantes para todos. Diante destas vivências percebeu-se a importância das práticas de educação em saúde desenvolvidas através de atividades lúdicas, na medida em que proporcionaram significativos benefícios ao cotidiano dos idosos favorecendo a saúde mental, através do estímulo cognitivo, o desenvolvimento pessoal, social e a convivência entre os próprios idosos das Instituições, que anteriormente pouco se comunicavam mesmo morando juntos. As atividades realizadas permitiram estimular os idosos a adotarem e manterem hábitos de vida saudáveis propiciando benefícios físicos, psicológicos e sociais, melhorando a interação social, as relações interpessoais, favorecendo o autocuidado, a autoestima, a autonomia, motivando-os a se sentirem capazes e úteis. Tornam-se evidentes deste modo os benefícios destas práticas para a qualidade de vida tanto dos idosos quanto daqueles que se propõe a exercer um cuidado centrado na atenção, alegria, criatividade, no resgate aos valores e no respeito ao contexto de vida de cada pessoa.

Palavras-chave: idosos, educação em saúde, atividades lúdicas

¹ Aluna do curso de Enfermagem, bolsista, joyceealves26@gmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, gabrieellee@hotmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, irislandia_oliveira@hotmail.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, thacimfs@outlook.com; aluna do curso de Enfermagem, voluntária, karol_una@hotmail.com;

² Coordenadora, Doutoranda em Enfermagem pela UFMG. Professora da ETSC/UFCG. lucosta.ufcg@gmail.com