

ATIVIDADES LÚDICAS COMO ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DE IDOSOS

Maria Joyce Tavares Alves¹; Joseph Gabriel Cardoso do Nascimento ¹; Edson da Silva Oliveira¹; Francisco Martins da Costa¹; Iluska Pinto da Costa²; Olga Feitosa Braga Teixeira³

O envelhecimento se configura como um processo complexo, no qual os enfrentamentos da vida cotidiana trazem consigo uma série de transformações físicas, psicológicas, sociais e econômicas. Essas mudanças requerem dos profissionais diferentes estratégias de atenção aos idosos, entre as quais destaca-se a utilização de atividades lúdicas como importantes instrumentos para a promoção da saúde do idoso, possibilitando oportunidade de uma vida mais ativa e com qualidade. O presente relato tem como objetivo descrever os benefícios das atividades lúdicas desenvolvidas através das ações de extensão, durante o período de maio a dezembro de 2016, por alunos da Graduação em Enfermagem e do curso técnico em Enfermagem da UFCG. Estas ações foram realizadas em duas Instituições de Longa Permanência para Idosos; em um grupo de Convivência para idosos e no Condomínio Cidade Madura, todos localizados no município de Cajazeiras-PB. Entre as atividades realizadas podemos destacar: músicas antigas no intuito de resgatar valores e reativar a memória e atenção; dinâmicas e atividades manuais como forma de estimular a coordenação motora; brincadeiras e danças para favorecer o equilíbrio e mobilidade; peças teatrais e rodas de conversa enfocando temas em saúde de forma descontraída. Diante destas vivências percebeu-se a importância das práticas desenvolvidas, por proporcionarem benefícios físicos, psicológicos e sociais, favorecendo o autocuidado, a autoestima, motivando-os a se sentirem capazes e úteis. Deste modo torna-se evidente a importância de se adotar estratégias educativas que venham a motivar os idosos para os cuidados em saúde de forma inovadora e criativa, proporcionando assim benefícios para a sua saúde.

Palavras-chave: idoso, atividades lúdicas, promoção da saúde.

¹ Aluna do curso de Graduação em Enfermagem (bolsista), joycealves26@gmail.com; aluno do curso de Graduação em Enfermagem, (voluntário), josefgabriel26@hotmail.com; aluno do curso Técnico em enfermagem, (voluntário), edson12.es@gmail.com; aluno do curso técnico em enfermagem, (voluntário), fmartinscosta524@gmail.com

² Coordenadora, Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Professora da ETSC/UFCG. lucosta.ufcg@gmail.com

³ Orientadora, Mestranda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri(URCA). olgafeitosa@hotmail.com

¹ Aluna do curso de Graduação em Enfermagem (bolsista), joyceealves26@gmail.com; aluno do curso de Graduação em Enfermagem, (voluntário), josefgabriel26@hotmail.com; aluno do curso Técnico em enfermagem, (voluntário), edson12.es@gmail.com; aluno do curso técnico em enfermagem, (voluntário), fmartinscosta524@gmail.com

² Coordenadora, Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Professora da ETSC/UFCG. lucosta.ufcg@gmail.com

³ Orientadora, Mestranda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri(URCA). olgafeitosa@hotmail.com