

## **OS BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS PARA A INTERAÇÃO SOCIAL E SAÚDE MENTAL DE IDOSOS**

Maria Joyce Tavares Alves<sup>1</sup>; Gabrielle Mangueira Lacerda<sup>1</sup>; Ronaldo Fernandes Gonçalves<sup>1</sup>; Maria Gesca Pereira da Silva<sup>1</sup>; Iluska Pinto da Costa<sup>2</sup>; Olga Feitosa Braga Teixeira<sup>3</sup>

O envelhecimento consiste em um processo natural, complexo e dinâmico, que progressivamente ocasiona mudanças nos padrões biológico, social, intelectual e funcional. No aspecto social, o envelhecimento está associado a mudanças afetivas, nas relações interpessoais, na capacidade produtiva, no convívio social e nos aspectos psicológicos do idoso. Diante deste contexto, as atividades lúdicas consistem em importantes estratégias de cuidado, que permitem a reinserção social do idoso. O presente relato tem como objetivo descrever os benefícios das atividades lúdicas e recreativas para a interação social e saúde mental dos idosos, proporcionados através das ações de extensão realizadas por alunos da Graduação em Enfermagem e alunos do curso técnico em Enfermagem da ETSC/UFCG. Estas ações são desenvolvidas em duas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILP'S), em um grupo de Convivência para idosos e no Condomínio Cidade Madura. Entre as atividades realizadas podemos destacar: leituras de poesias e cordéis; músicas e "cantigas"; dinâmicas, jogos, atividades manuais, brincadeiras, danças, peças teatrais e rodas de conversa enfocando temas em saúde. As ações desenvolvidas permitiram maior envolvimento e participação dos idosos nas atividades, além da formação e fortalecimento de vínculos entre os idosos, profissionais das instituições e participantes do projeto. Durante as ações foi possível estimular discussões de maneira descontraída sobre as mudanças advindas com o processo de envelhecimento, favorecer a interação social e proporcionar momentos para compartilhar saberes e experiências. Os idosos interagem sorrindo, cantando ou relatando fatos importantes da sua infância, juventude e da sua história de vida,

---

<sup>1</sup> Aluna do curso de Graduação em Enfermagem, (bolsista), joycealves26@gmail.com; aluna do curso de Graduação em Enfermagem (voluntária), gabrieellee@hotmail.com; aluno do curso Técnico em Enfermagem (voluntário) goncalvesfernades4@gmail.com; aluna do curso Técnico em Enfermagem (voluntária) geskasilva@gmail.com

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

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

representando momentos emocionantes para todos. Diante destas vivências, torna-se evidente a relevância das atividades lúdicas como forma de promoção da saúde, favorecendo o desenvolvimento pessoal, social, cultural e intelectual e a melhoria da saúde mental, facilitando as relações interpessoais, o processo de comunicação e socialização, proporcionando assim uma melhor qualidade de vida aos idosos.

Palavras-chave: idosos, atividades lúdicas, interação social, saúde mental.

---

<sup>1</sup> Aluna do curso de Graduação em Enfermagem, (bolsista), joyceealves26@gmail.com; aluna do curso de Graduação em Enfermagem (voluntária), gabrieellee@hotmail.com; aluno do curso Técnico em Enfermagem (voluntário) goncalvesfernades4@gmail.com; aluna do curso Técnico em Enfermagem (voluntária) geskasiilva@gmail.com

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

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