

Área temática: Saúde

AS GINCANAS COMO ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA IDOSOS PARTICIPANTES DE GRUPOS DE CONVIVÊNCIA

Mirna Carneiro Reis¹, Sherida Layane Dantas Fernandes², Victor Alan Fernandes Barbosa Coelho³, Maria do Desterro Barbosa da Silva³, Iluska Pinto da Costa⁴, Romércia Batista dos Santos⁵

O envelhecimento consiste em um processo complexo que envolve mudanças nos padrões biológico, social, intelectual e funcional. Assim, os grupos de convivência para idosos representam um espaço de integração, troca de experiências e mudanças de rotina, contribuindo para o bem-estar físico, psíquico e social deste público. Entre as estratégias utilizadas nestes grupos, as gincanas educativas possibilitam abordar diversos temas de forma criativa e envolver o interesse dos idosos na participação das atividades sobre aspectos relevantes para a sua saúde. Objetiva-se destacar a importância das gincanas como estratégias de educação em saúde para os integrantes do grupo de Convivência do Centro Social Urbano de Cajazeiras-PB, enfatizando a contribuição das atividades lúdicas para a prevenção e promoção da saúde do idoso. As gincanas foram realizadas por alunos das Graduações em Enfermagem e Medicina, e alunos do curso técnico em Enfermagem da ETSC/UFCG. Durante as atividades foram trabalhados temas que envolviam o conhecimento sobre alimentos prejudiciais e saudáveis; questões relativas à hipertensão e diabetes; importância de hábitos de vida saudáveis, assim como das atividades físicas e de lazer. Os temas foram abordados por meio de questões e provas utilizadas como critérios de pontuação na gincana. A atividade educativa resultou em compartilhamento de conhecimentos entre os idosos, de maneira descontraída, criativa e divertida, promovendo a socialização e educação em saúde. Logo, observou-se que as gincanas constituem importantes ferramentas para promover a integração, a convivência em grupo, e a adoção de medidas saudáveis, visando uma melhor qualidade de vida e saúde para os idosos.

Palavras-chaves: Atividades educativas, Centros de convivência e lazer, Educação em saúde, Saúde do idoso.

¹Aluna do curso de Graduação em Medicina, bolsista, mirnareis_pb@hotmail.com

²Aluna do curso de Graduação em Enfermagem, voluntária, sheridalayane@outlook.com;

³Alunos do curso Técnico em Enfermagem, voluntário, victorzx48@gmail.com; voluntária, mariadodesterros21@gmail.com

⁴Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) - Professora da ETSC/UFCG, orientadora, lucosta.ufcg@gmail.com

⁵Mestre pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Professora do Curso Técnico em Enfermagem ETSC/UFCG, coordenadora, romerciasantos@gmail.com