

**A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DA RECREAÇÃO REABILITADORA PARA IDOSOS
RESIDENTES EM UMA CLÍNICA GERIÁTRICA**

ANGÉLICA DIAS DA ROSA¹
TATIANA TREVISAN²
SILMAR ZANON³

RESUMO

Este resumo apresenta as ações do Programa de Extensão Recreação Reabilitadora do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria na Solar I e II, Instituição de Longa Permanência da cidade de Santa Maria/RS. O objetivo geral do Programa de Extensão neste campo de atuação é, por meio da recreação, atuar como proposta reabilitadora, visando o resgate da possibilidade de vida sadia, estimulando a criatividade, as manifestações de alegria, energia e vitalidade, alcançadas por atividades realizadas como lazer para os atendidos. Pelos dados quantitativos de atendimento e pelas observações diárias realizadas percebe-se participação efetiva de todos e melhorias nos aspectos físico, cognitivo, motor e afetivo, mesmo que momentaneamente, porém intensos.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo comum a todos os seres vivos, no qual ocorrem alterações gradativas, tanto funcionais, quanto motoras e emocionais (KUWANO; SILVEIRA, 2002). A política Nacional do Idoso e o Estatuto do Idoso definem como idosa a pessoa com 60 anos ou mais, bem como a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005), que define o idoso a partir da idade cronológica. Assim, é considerada idosa a pessoa com 60 anos ou mais, em países em desenvolvimento e com 65 anos ou mais, em países desenvolvidos.

¹ Acadêmica do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: Angel.dias77@gmail.com

² Professora do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: Tatiana.trevisan@metodistasul.edu.br

³ Orientador e Professor do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: Silmar.zanon@metodistasul.edu.br

Com o aumento da longevidade, a população idosa vem crescendo consideravelmente. Estima-se que o número de pessoas com 60 anos ou mais dobrará proporcionalmente, passando de 11% registrado em 2006 para 22% em 2050. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2015) o índice de envelhecimento brasileiro passará de 34,05% para 76,39%, sendo que o índice do estado do Rio Grande do Sul dará um salto dos seus 54,15% para 118,46% no ano de 2030, resultantes das altas taxas de fecundidade das gerações anteriores com a redução na taxa de mortalidade.

O crescimento da população idosa gerou um leve aumento das instituições de longa permanência e, apesar da institucionalização ainda não representar uma prática comum na sociedade brasileira, fatores demográficos, sociais e de saúde constituem causas que tendem a levar o idoso a residir em instituições deste porte (GONÇALVES et al., 2010).

As instituições de longa permanência (ILPs) apresentam caracteres destinados ao domicílio coletivo de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. São estabelecimentos voltados à moradia, alimentação, onde os residentes são assistidos em serviços médicos e medicamentosos e na execução de cuidados prolongados, acolhendo tanto idosos independentes quanto aqueles com dificuldades para gerenciar suas atividades diárias (CAMARANO; KANSO, 2010).

Creutzberg Gonçalves e Sobottka (2008) apontam que a chegada do idoso nas ILPs exige do mesmo uma adaptação mesclada por sentimentos que produz distância e causa estranheza, ligando o seu pensar à solidão, o conformismo e ao abandono. Marin et al. (2009) ainda afirmam que o idoso, na maioria das vezes, se estabelece como membro de um grupo que foi privado de seus objetivos por se encontrar afastado de seus familiares, amigos, enfim, das inúmeras relações na qual sua trajetória foi construída. Deste modo, o Programa de Extensão da Faculdade Metodista de Santa Maria, Recreação Reabilitadora, atua com intuito de promover bons momentos e sentimentos, por meio de atividades lúdico-recreativas a fim de auxiliar no bem estar dos atendidos, mesmo que momentaneamente em instituições de longa permanência.

Neste sentido, a Recreação Reabilitadora, justifica-se pela necessidade da existência de programas dirigidos especificamente a populações em vulnerabilidade social. No caso dos idosos, auxilia no seu bem estar, na reintegração ao meio social, na resposta aos seus anseios e na manutenção e/ou reestruturação de suas capacidades psicomotoras. Proporciona, ainda, ao acadêmico que atua como Apoio Extensionista do Programa, experiências e conhecimento,

por haver a viabilidade de ligação entre a prática e teoria, fundamental para o processo de formação acadêmica.

O objetivo geral do Programa de Extensão aqui apresentado é atuar, por meio da recreação, em diferentes instituições, com populações vulneráveis, socialmente como proposta reabilitadora, visando o resgate da possibilidade de vida sadia, estimulando a criatividade, as manifestações de alegria, energia e vitalidade, alcançadas por atividades realizadas como lazer para os atendidos. Como específicos, objetiva-se: - Aplicar técnicas recreativas individual ou coletivamente, propiciando trabalhar de forma positiva, sentimentos e reações físicas ocasionadas pelos estressores psicossociais, sejam eles crônicos, fatos existenciais e/ou aborrecimentos cotidianos; - Conhecer, atuar e intervir, por meio de atividades educativas e físicas, em instituições sociais e clínicas da cidade de Santa Maria/RS – Brasil; - Estimular o desenvolvimento acadêmico dos alunos do curso de Educação Física através de situações práticas em um campo real de atuação; - Intervir com iniciativas de ensino, pesquisa e extensão em uma instituição social/educacional e em clínicas da comunidade de Santa Maria; - Divulgar para a cidade de Santa Maria as possibilidades de atuação do Curso de Educação Física da FAMES.

METODOLOGIA

A metodologia de atuação com os atendimentos decorre de encontros semanais, sendo os dias agendados previamente segundo a disponibilidade do Apoio Extensionista da Faculdade Metodista de Santa Maria e a necessidade de cada Instituição. Os locais de atendimentos direcionados à população idosa são a clínica Solar – Casa de repouso para idosos I e II, localizados na cidade de Santa Maria, RS.

Na Solar - Casa de Repouso para idosos I e II, os atendimentos são realizados tanto individual quanto coletivamente, variando conforme a necessidade apresentada. A supervisão das atividades é realizada pelo professor coordenador do Programa de Extensão. Como atividades anteriores já foram realizadas, as atividades futuras são organizadas conforme as necessidades identificadas e visualizadas nos locais atendidos, assim como ao público que se destina.

As avaliações são realizadas a cada final de semestre por meio de um relatório elaborado pelo Apoio Extensionista referente a cada uma das instituições conveniadas com a Faculdade Metodista de Santa Maria/FAMES onde, por meio deste, é definido os caminhos de atuação bem como as ações a serem efetuadas no próximo semestre.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor visualização da grande relevância de atuação do Programa, vejamos os quadros seguintes com o número de atendimentos totais, realizados no primeiro semestre de 2015, já que o semestre atual está em andamento.

Relação do nº de atendimentos mensais Solar I		Relação do nº de atendimentos mensais Solar II	
Mês	Nº de atendimentos	Mês	Nº de atendimentos
Fevereiro	23	Fevereiro	18
Março	70	Março	72
Abril	64	Abril	80
Maiο	72	Maiο	80
Junho	72	Junho	72
TOTAL DE ATENDIMENTOS	301	TOTAL DE ATENDIMENTOS	322

QUADRO 1 – Relação do nº de atendimentos realizados mensalmente.

Em ambos os quadros percebe-se o número significativo no total de atendimentos, visto que estes em sua maioria se dão de forma individual. Além dos resultados numéricos têm-se aqueles que não podem ser mensurados, o qual se considera os mais relevantes, no campo afetivo. Os resultados podem ser vistos de forma mais fidedigna por meio da observação nos atendimentos, no qual são notórias as melhoras no aspecto físico, cognitivo, motor e afetivo, mesmo que momentaneamente, porém intensos.

CONCLUSÕES

Conclui-se, desta forma, a relevância de programas de extensão como o da Recreação Reabilitadora da Faculdade Metodista de Santa Maria e a atuação em instituições de longa permanência. A Recreação Reabilitadora torna-se uma alternativa saudável para a população atendida, principalmente para o público idoso, suprimindo, de certa forma, seus anseios, sejam no campo afetivo, cognitivo ou motor. Provendo carinho, atenção, acolhimento, gerando assim momentos agradáveis ao idoso. Por meio das atividades, e como o passar dos dias, percebe-se a evolução proporcionada, mesmo que, em muitos casos, seja mínima, mas visível pela alegria, pela autoestima e pelo bem estar que é possibilitado. Assim, o Programa de Extensão Recreação Reabilitadora, cumpriu e vem cumprindo com os objetivos propostos.

REFERÊNCIAS

CAMARANO, A. A.; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista Brasileira de Estudos de População**, 27(1), São Paulo, 233-235, Jan/Jun 2010.

CREUTZBERG, Marion; GONÇALVES, Lucia H. Takase; SOBOTTKA, Emil A. Gonçalves. Instituição de longa permanência para idosos: a imagem que permanece. **Texto & Contexto Enfermagem**, vol. 17, núm. 2, abril-junho, 2008, p. 273-279. Universidade Federal de Santa Catarina Santa Catarina, Brasil.

GONÇALVES, Lúcia H. Takase; SILVA, A. Huber; MAZO, Giovana Zarpellon; BENEDETTI, T. R. Bertoldo; SANTOS, S. M. Azevedo; MARQUES, Sueli; RODRIGUES, R. A. Partezani; PORTELLA, M. Rodrigues; SCORTEGAGNA, H. Moura; SANTOS, S. S. C.; PELZER, M. T.; SOUZA, A. dos Santos; MEIRA, Edmeia C.; SENA, E. L. da Silva; CREUTZBERG, Marion; REZENDE, Tais de Lima. **O idoso institucionalizado: avaliação da capacidade funcional e aptidão física**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 26(9): 1738-1746, setembro de 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **População**. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html>. Acesso em: 5 de setembro de 2015.

KUWANO, Vanessa Gracieli; SILVEIRA, Alexandre Miyaki. A influência da atividade física sistematizada na autopercepção do idoso em relação às atividades da vida diária. **Revista da Educação Física/UEM Maringá**, v. 13, n.2, p.35-39, 2º semestre de 2002.

MARIN, Maria J. S.; MIRANDA, Fabiana Accioli; FABBRI, Daniele; TINELLI, Laura Privatto; STORNILOLO, Luana Vergian. Compreendendo a história de vida de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 15(1), 147-154, 2012.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **O papel da atividade física no Envelhecimento saudável**. Florianópolis, 2006.