

Trabalho apresentado no 25º CBCENF

Título: CIRCUITO DE JOGOS COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: Laíssa Almeida Custódio da Silva
Amanda Esteves Rocha Nascimento
Aline Oliveira de Carvalho Gurgel

Autores: Ana Vitoria Rocha Almeida
Marley Gomes de Freitas
Ana Carolina de Oliveira e Silva

Modalidade: Pôster

Área: Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: O envelhecimento deixou de ser uma realidade individual e passou a ser um fenômeno populacional da modernidade. Tal processo, o “envelhecer”, é demarcado por inúmeras mudanças fisiológicas e estigmas sociais, principalmente quando os termos “idoso” e “invalidez” são relacionados. Nesse sentido, estudos apontam a importância de atividades que envolvam diversas dimensões para a promoção de um envelhecimento mais ativo e saudável, em especial, quando essas ações integram as funções motora, cognitiva e ainda a socialização. Nessa perspectiva, os participantes do presente estudo realizaram a implementação de um circuito de jogos em um grupo de convivência para idosos. Objetivo a experiência de extensionistas de uma liga acadêmica na condução de um circuito de jogos com idosos de um grupo de convivência, como ferramenta para a promoção do envelhecimento ativo. Metodologia: trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência vivenciado por acadêmicos de Enfermagem de um Centro Universitário localizado no município de Fortaleza-CE. A atividade ocorreu em março de 2023, em um espaço da referida instituição preparado para a atividade e contou com a participação de 20 idosos. Resultados: A implementação do circuito de jogos foi pensada e esquematizada de forma a proporcionar a interação e o aprimoramento das habilidades cognitivas e motoras da pessoa idosa. Nesse sentido, foram realizadas as instruções dos jogos selecionados como também explicada a finalidade de cada uma das atividades, juntamente dos benefícios da realização para um envelhecimento mais ativo. Jogos com bambolê, envolvendo marcha e equilíbrio, arremesso de bola no cesto e arremesso de argolas em cones fizeram parte do circuito. Em resumo, tais atividades favorecem a preservação da funcionalidade e a estimulação física, cognitiva e social. Além disso, o processo de planejamento e execução dessas atividades proporcionaram para os discentes envolvidos, conhecimento mais aprofundado acerca do assunto e o desenvolvimento de competências e habilidades essenciais para a prática profissional. Conclusão: Diante do exposto, percebe-se que tal experiência foi de suma importância para os extensionistas, pois houve envolvimento significativo dos idosos nos jogos estabelecidos, favorecendo o aprimoramento de habilidades cognitivas, afetivas e sociais dos idosos, além de crescimento pessoal e profissional para os acadêmicos e professores.