



ATIVIDADES DE LAZER PARA IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS E IDOSOS DA COMUNIDADE

Vivian Carla de Castro¹, Flávia Maria Derhun², Roberta Fernanda Rogonni Ferrari³, Lígia Carreira⁴

RESUMO: O objetivo do estudo foi comparar o perfil sociodemográfico e as atividades de lazer realizadas por idosos residentes nas Instituições de Longa Permanência para Idosos do município de Maringá-PR e idosos da comunidade do município de Maria Helena-PR. Trata-se de uma pesquisa feita com dados originários de duas dissertações de mestrado, ambas do tipo transversal, com abordagem quantitativa. A coleta dos dados foi realizada entre janeiro e março de 2013 com 97 idosos institucionalizados e entre dezembro de 2013 e março de 2014 com 387 idosos da comunidade, totalizando 484 participantes. Foi utilizado como instrumento um questionário sócio demográfico e de lazer. As informações sobre as atividades de lazer foram organizadas conforme as categorias: físicas, manuais, artísticas, intelectuais, associativas e turísticas. Os critérios de inclusão comuns para os participantes foram: possuir idade igual ou superior a 60 anos e apresentar capacidade de compreensão para responder às questões do estudo assegurado pela aplicação do Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) ajustado à escolaridade. Além destes, os idosos institucionalizados deveriam residir, no mínimo, há seis meses na ILPI; e os idosos da comunidade deveriam estar cadastrados no Sistema de Informação da Atenção Básica por meio da Ficha A e residir na área urbana do município. Os dados foram apresentados em forma de tabela e analisados descritivamente, por meio de frequências absolutas e relativas. Entre os idosos da comunidade, 100% realizam alguma atividade de lazer, enquanto entre os institucionalizados, 69% relataram praticar o lazer. As atividades intelectuais e associativas foram as mais relatadas pelos idosos de ambos os grupos. Estes resultados podem despertar novas possibilidades de intervenção no âmbito da promoção da saúde, intermediada pelo direcionamento adequado do lazer pelos profissionais de saúde, com o intuito de atender as reais necessidades dos idosos.

PALAVRAS-CHAVE: Atividades de lazer; Idoso; Enfermagem Geriátrica; Instituição de Longa Permanência para Idosos.

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, o envelhecimento populacional já é uma realidade e está relacionado à diminuição das taxas de mortalidade, alteração do perfil epidemiológico e aumento da expectativa de vida (LEITE et al., 2012). O envelhecimento pode ser entendido como um processo natural, irreversível e heterogêneo, sendo influenciado por aspectos biopsicossociais, culturais, religiosos com redução progressiva da reserva funcional, o que, em condições normais, não costuma desencadear problemas de saúde (AMARAL et al., 2013).

Deve-se dispensar uma atenção especial àqueles idosos que, além das condições advindas do processo de envelhecimento natural, vivem em situação de vulnerabilidade, como os que residem em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs). As ILPIs se constituem como domicílio coletivo público ou privado de pessoas com 60 anos ou mais, que possuam ou não suporte familiar, de forma que lhes reservem a condição de dignidade, liberdade e cidadania (AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA - ANVISA, 2005).

A velhice torna-se uma conquista de experiências, contudo, concomitantemente, traz desafios que precisam ser superados. Viver essa fase de forma produtiva e satisfatória, que possa gerar sentimentos positivos como prazer, tem garantido grandes impactos na vida do idoso, tornando-o mais ativo, reduzindo as frustrações e incapacitações e aumentando a qualidade de vida (FERREIRA; BARHAM, 2011).

Neste contexto, o lazer é apresentado como uma das ferramentas estratégicas na prevenção de doenças, melhor adaptação à incapacidade e inserção social com destaque à promoção da saúde, já que o lazer pode ter efeito protetor por mecanismos semelhantes à atividade laboral (D'ORSI; XAVIER; RAMOS, 2011). Aqui, o lazer pode ser entendido como a cultura vivenciada no tempo disponível além das obrigações profissionais, familiares e sociais, não só como forma de descanso e divertimento, mas também de desenvolvimento pessoal e social (PUKE; MARCELLINO, 2013).

Ante o exposto, este trabalho teve por objetivo comparar o perfil sociodemográfico e as atividades de lazer realizadas por idosos residentes nas ILPIs do município de Maringá-PR e idosos da comunidade do município de Maria Helena-PR.

¹ Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá (UEM). Maringá-PR. E-mail: vivian.carla5@hotmail.com

² Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UEM. Maringá-PR.

³ Mestranda pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UEM. Maringá-PR.

⁴ Doutora em Enfermagem. Docente da Graduação e da Pós-Graduação em Enfermagem UEM. Maringá-PR.



2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo comparativo, realizado com idosos de sete Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) do município de Maringá-PR e com idosos que vivem na comunidade do município de Maria Helena-PR. Os dados originaram-se de duas dissertações de mestrado, sendo a coleta realizada entre janeiro e março de 2013 com 97 idosos institucionalizados e entre dezembro de 2013 e março de 2014 com 387 idosos da comunidade, totalizando 484 participantes.

Ambos tratavam-se de estudos transversais com abordagem quantitativa, que utilizaram como instrumento um questionário sócio demográfico (sexo, idade, escolaridade, renda, situação conjugal) e de lazer, elaborado pelas próprias pesquisadoras. As informações sobre as atividades de lazer foram organizadas conforme as categorias: físicas, manuais, artísticas, intelectuais, associativas e turísticas (DUMAZEDIER, 1979).

Os critérios de inclusão comuns para os participantes dos dois estudos foram: possuir idade igual ou superior a 60 anos e apresentar capacidade de compreensão para responder às questões do estudo assegurado pela aplicação do Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) ajustado à escolaridade. Além destes, os idosos institucionalizados deveriam residir, no mínimo, há seis meses na ILPI, o que permitiria tempo suficiente para avaliação das condições gerais de vida oferecidas; e os idosos da comunidade deveriam estar cadastrados no Sistema de Informação da Atenção Básica por meio da Ficha A e residir na área urbana do município.

Os dados foram tabulados em planilha do programa *Microsoft Office Excel 2010*, apresentados em forma de tabela e analisados descritivamente, por meio de frequências absolutas e relativas.

A realização da pesquisa foi autorizada pelos responsáveis pelas ILPIs, bem como pelo órgão competente que detém os direitos para utilização dos dados relativos aos idosos da comunidade. Os projetos de pesquisa foram aprovados pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Maringá, sob os pareceres nº 160.445 e nº 615.612 e os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

3 RESULTADOS FINAIS

Observa-se que dos 387 idosos entrevistados na comunidade, 51,42% eram mulheres, 83,98% pertenciam à faixa etária de até 80 anos, variando entre 60 e 104 anos; 81,40% possuíam até quatro anos de estudo; 66,92% conviviam com companheiro(a); 92,25% eram aposentados, sendo que 95,61% possuíam renda de até quatro salários mínimos (Tabela 1).

Dos 97 idosos institucionalizados participantes do estudo, 56,71% eram do sexo masculino, 41,24% possuíam 80 anos ou mais, 46,40% eram analfabetos, 86,60% eram aposentados, com renda mensal de até quatro salários mínimos e nenhum idoso possuía companheiro (Tabela 1). O tempo de permanência nas ILPIs foi de um a cinco anos para 49,48% dos idosos, sendo os principais motivos para buscar abrigo nestes locais a dificuldade de manutenção do relacionamento familiar, dificuldade de se autocuidar, déficit financeiro ou por vontade própria.

Tabela 1: Distribuição dos idosos institucionalizados e dos idosos da comunidade, segundo as características sociodemográficas. Maringá-PR, 2013; Maria Helena-PR, 2014.

Variáveis	Categorias	Idosos da Comunidade		Idosos Institucionalizados	
		N	%	N	%
Sexo	Masculino	188	48,58	55	56,71
	Feminino	199	51,42	42	43,29
Faixa Etária	60-69 anos	198	51,16	32	32,98
	70-79 anos	127	32,82	25	25,78
	80 anos ou +	62	16,02	40	41,24
Situação Conjugal	Com companheiro	259	66,92	-	-
	Sem companheiro	128	33,08	97	100,0
Renda	Sem renda	-	-	13	13,40
	≤ 4 salários mínimos	370	95,61	84	86,60
	≥ 4 salários mínimos	17	4,39	-	-
Escolaridade	Analfabetos			45	46,40
	≤ 4 anos	315	81,40	32	32,98
	≥ 4 anos	72	18,60	20	20,62



Fonte: CASTRO, 2013; FERRARI, 2014.

Em relação às atividades de lazer, 100% dos idosos da comunidade e 69% dos idosos institucionalizados relataram realizar pelo menos uma atividade (Tabela 2). Os demais 31% dos idosos das ILPIs citaram que a respectiva instituição não oferecia atividades de lazer ou que as mesmas não eram adequadas para suas condições de saúde, ou ainda, que não sentiam vontade de realizá-las. Os tipos de atividades mais relatadas tanto pelos idosos da comunidade, quanto pelos institucionalizados foram as intelectuais, seguidas das associativas.

Tabela 2: Distribuição dos relatos dos idosos da comunidade e dos idosos institucionalizados, segundo a classificação das atividades de lazer realizadas. Maringá-PR, 2013; Maria Helena-PR, 2014.

Lazer	Categorias	Idosos da Comunidade		Idosos Institucionalizados	
		n	%	n	%
Atividades	Físicas	166	13,30	13	10,92
	Manuais	140	11,22	20	16,80
	Artísticas	24	1,93	10	8,40
	Intelectuais	569	45,60	39	32,78
	Associativas	274	21,95	30	25,22
	Turísticas	75	6,00	07	5,88

Fonte: CASTRO, 2013; FERRARI, 2014

Todas as possíveis formas de atividade de lazer incluídas nas categorias foram referidas pelos idosos, totalizando um número de 1248 relatos pelos idosos da comunidade e de 119 relatos pelos idosos institucionalizados. Tanto para os idosos da comunidade, quanto para os institucionalizados, a classificação das atividades de lazer incluíram foram baseadas nos seguintes relatos:

- Físicas: caminhada, alongamento e ginástica realizada na academia para terceira idade (ATI).
- Manuais: cultivo de plantas e hortaliças, artesanato (crochê, tricô), como também ao auxílio opcional em serviços da ILPI.
- Artísticas: desenho, pintura, origami, música, festas e apresentações culturais de dança e teatro, tocar algum instrumento musical e participar dos bailes da terceira idade.
- Intelectuais: leitura, programa de alfabetização, televisão e rádio.
- Associativas: conversas informais, jogos (baralho, dominó, bocha e bingo), encontros religiosos (missa, terço) e nas atividades de educação e saúde realizados pela Atenção Primária à Saúde.
- Turísticas: viagens e passeios realizados com a direção das ILPIs, como, por exemplo, ao pesqueiro, parques e shoppings.

4 CONCLUSÃO

Entre os idosos da comunidade, 100% realizam alguma atividade de lazer, enquanto entre os institucionalizados, 69% relataram praticar o lazer. As atividades intelectuais e associativas foram as mais relatadas pelos idosos de ambos os grupos. Tendo em vista que o lazer permite maior engajamento social e está relacionado a melhor qualidade de vida em geral, estes resultados podem despertar novas possibilidades de intervenção no âmbito da promoção da saúde, intermediada pelo direcionamento adequado do lazer pelos profissionais de saúde, contemplando uma assistência fundamentada nas reais necessidades de saúde dos idosos.

REFERÊNCIAS

AMARAL, F. L. J. S. et al. Apoio social e síndrome da fragilidade em idosos residentes na comunidade. *Ciênc. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 6, p.1835-1846, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n6/34.pdf>>. Acesso em: 21 ago. 2015.

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada nº 283. Regulamento técnico para o funcionamento das instituições de longa permanência para idosos [on-line]. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2005. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2005/res0283_26_09_2005.html>. Acesso em: 20 ago. 2015.

CASTRO, V. C. Atitudes do idoso face ao lazer: um estudo em instituições de longa permanência. 2013. 92 f. Dissertação (Mestrado)-Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2013.



D'ORSI, E.; XAVIER, A. J.; RAMOS, L. R. Trabalho, suporte social e lazer protegem idosos da perda funcional: estudo epidioso. *Rev. Saúde Pública, São Paulo*, v. 45, n. 4, p. 685-692, ago. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n4/2626.pdf>>. Acesso em: 21 ago. 2015.

DUMAZEDIER, J. *Sociologia empírica do lazer*. São Paulo: Perspectiva, 1979.

FERRARI, R. F. R. *Atitudes do idoso da comunidade frente às atividades de lazer*. 2014. 112 f. Dissertação (Mestrado)-Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2014.

FERREIRA, H. G.; BARHAM, E. J. O envolvimento de idosos em atividades prazerosas: revisão da literatura sobre instrumentos de aferição. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro*, v. 14, n. 3, p. 579-590, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v14n3/v14n3a17.pdf>>. Acesso em: 20 ago. 2015.

LEITE, M. T. et al. Estado cognitivo e condições de saúde de idosos que participam de grupos de convivência. *Rev. Gaúcha Enferm., Porto Alegre*, v. 33, n. 4, 2012.

PUKE, N.; MARCELLINO, N. C. O lazer existencial: uma possibilidade de resposta para o absurdo. *Licere, Belo Horizonte (MG)*, v.16, n.3, p.1-31, 2013.