

FÉ, LAZER E MEMÓRIA NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Sampaio, T. P.¹; Barreto, A. S.¹; Cavalcante, J. C. B.¹; Fernandes, R. M. P. A.¹; Gomes, G. U.¹; Paz, C. E.¹; Silva, S. T. C.¹

1-Universidade Regional do Cariri - Rua Cel. Antônio Luiz, 1161 - Pimenta - Crato - CE - Brasil

Palavras chaves: Idoso, Enfermagem, Qualidade de vida, Abrigo.

Introdução

Pela legislação brasileira¹, são considerados idosos todos aqueles maiores de 60 anos de idade. Com o objetivo de alcançar a velhice bem sucedida, as pessoas planejam novas ocupações para suas vidas após a aposentadoria. Para o idoso a fé em Deus é o sustentáculo da sua sobrevivência e esperança de desfrutar de uma vida plena após a morte. A memória também é outro aspecto importante na terceira idade, pois os idosos têm uma memória de longo prazo bem desenvolvida, porém possuem um déficit progressivo da memória de curto prazo. O lazer na terceira idade também merece destaque, uma vez que os idosos são pessoas propensas a quadros depressivos, devido à cessação de suas atividades empregatícias e diminuição das atividades da vida diária em consequência dos déficits fisiológicos. Para tanto, foi realizado pelos acadêmicos do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri no Abrigo Assistencial Bezerra de Menezes, em Juazeiro do Norte-CE uma ação com os idosos que contemplou os temas fé lazer e memória, visando possibilitar um aumento da auto-estima dos mesmos com consequente contribuição para a melhora no seu estado de saúde, sendo o trabalho apresentado na forma de relato de experiência. Na oportunidade, foi realizada uma oração ecumênica, para abranger todos os presentes, seguida de uma música para agradecer a Deus pelos dias vividos e animá-los. Trabalhando o item memória, foi realizada uma

dinâmica com uma música que enfatizou exercícios de repetição, para relembrar alguns gestos e palavras, tendo por objetivo estimular a memória e promover o exercício físico com a execução da coreografia. O tema lazer foi trabalhado por meio de músicas, danças e apresentações artísticas pelos próprios idosos, tendo por objetivo estimular o sorriso e a distração. Este momento causou nos idosos uma sensação de plenitude e gratidão, demonstradas verbalmente pelos mesmos.

Agradecimentos

Agradecemos aos funcionários e internos do Abrigo Assistencial Bezerra de Menezes pela receptividade.

¹ Brasil. Decreto no. 10.741 de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF; 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/2003/L10.741.htm

² Dias, VK, Schwartz, GM; O lazer na perspectiva do indivíduo idoso