



**RATIO - FACULDADE TEOLÓGICA E FILOSÓFICA
CURSO DE BACHARELADO EM SERVIÇO SOCIAL**

MARIA DA PAZ ALVES

COMPREENDENDO O LÚDICO NA TERCEIRA IDADE

FORTALEZA

2016

MARIA DA PAZ ALVES

COMPREENDENDO O LÚDICO NA TERCEIRA IDADE

Monografia apresentada ao Curso de Bacharelado em Serviço Social da Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica, como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Serviço Social.

Orientadora: Prof^ª. Dra. Maria Lourdes dos Santos

FORTALEZA

2016

MARIA DA PAZ ALVES

COMPREENDENDO O LÚDICO NA TERCEIRA IDADE

Monografia apresentada ao Curso de Bacharelado em Serviço Social da Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica, como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Serviço Social.

Aprovada em ___/___/_____

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dra. Maria Lourdes dos Santos (Orientadora)
Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica

Prof^a. Esp. Marcela Barroso Maciel Sabino
Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica

Prof^a. Esp. Fernanda Ielpo da Cunha
Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica

A Deus. Ao meu marido, Romualdo, e aos meus filhos, Raí e Roger.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, inicialmente, pela essência da vida e pela saúde para realizar este trabalho.

Agradeço ao meu esposo, Romualdo Araújo, pelo incentivo e pela dedicação para a realização do meu sonho.

Aos meus filhos, Roger e Raí, pela paciência.

A minha mãe por ter me incentivado a estudar.

A meu Pai por me dar seu amor e confiar em mim.

A meus avos paternos e maternos por acreditarem que eu iria longe.

Particularmente, com todo o respeito e admiração, a minha orientadora, Prof.^a Dra. Maria Lourdes dos Santos, por sua capacidade, profissionalismo, simplicidade, competência em me orientar, do início ao final, deste trabalho.

Aos meus professores pela orientação nas atividades do curso.

Minha gratidão aos professores da minha banca examinadora, pela paciência, conhecimento e por contribuir na concretização desse trabalho.

Meus sinceros agradecimentos a essa conceituada Faculdade pela oportunidade de fazer parte do seu quadro de estudantes, e por montar um corpo docente formado por professores, mestres e doutores qualificados com relevância, profissionalismo e competência, merecendo o total respeito e a admiração da sociedade.

Às professoras e aos professores da Faculdade *Ratio* pelos ensinamentos, pela amizade que me dispensaram ao longo da minha trajetória acadêmica. A todos, os meus sinceros agradecimentos.

Agradeço aos amigos e às amigas da minha turma, na Faculdade *Ratio*, que estiveram ao meu lado, inclusive afetivamente, na produção desse trabalho.

A todas as amizades construídas no decorrer da minha formação acadêmica, em particular Maria Daniele, Maria Katiane e Nayara Paixão, pela amizade e afetividade.

A todas as amizades construídas no decorrer da minha formação acadêmica, Maurícia Castro, Suely Martins, Lídia Freitas, André Luís, Conceição Fontenelle,

Marjorie Romão, Luiza Firmino, Rubênia Lima, Janaina, Rayane da Silva, José Wilker, pelo carinho e o respeito.

E a todos que contribuíram para o meu desempenho no decorrer desses quatros anos de estudo, direta ou indiretamente.

Muito obrigada!

“Os que amam profundamente, jamais envelhecem; podem morrer de velhice, mas morrem jovens”.

RESUMO

O presente estudo é uma tentativa de compreender o lúdico na terceira idade, com o objetivo de conhecer a importância da atividade lúdica nessa fase da vida humana, por evocar os sentimentos de liberdade e espontaneidade de ação. Envelhecer é um processo natural, uma etapa da vida humana e se dá através de mudanças físicas, psicológicas e sociais que acometem, de forma particular, a cada indivíduo com sobrevivida prolongada (MENDES, *et al.*, 2005). O envelhecimento deve ser entendido como um período de modificações decorrentes do tempo vivido. As mudanças frequentes são aquelas que acometem o cérebro, de maneira a impactar junto com as consequências negativas a sua função. Para auxiliar o idoso, a estimulação cognitiva, na forma lúdica, é de grande relevância, com vários tipos de dinâmicas prazerosas, como brincadeiras, jogos, exercícios em grupo, danças, desenhos e uma diversidade de recursos interativos que melhoram a autoestima do idoso e a função cognitiva. O trabalho é considerado uma revisão bibliográfica, de abordagem qualitativa e exploratória. A busca de dados foi realizada nas bases do *Google Acadêmico* e *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)*. Os resultados encontrados indicam que a atividade lúdica é um meio considerado por vários autores, de grande importância, pois propicia a melhoria na saúde física, mental e social dos idosos, contribuindo para sua qualidade de vida. Sendo assim, investir em ações de cuidado, prevenção e controle de doenças próprias do idoso, proporcionar os meios para elevar sua autoestima, através do carinho e do desenvolvimento de atividades lúdicas devem ser condições trabalhadas com e pela pessoa idosa, para garantir uma vida com dignidade.

Palavras-Chave: Envelhecimento. Lúdico. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

The present study it is an attempt to understand the playful in old age, with the goal of knowing the importance of recreational activity in this phase of life, by evoke the feelings of freedom and spontaneity of action. Aging is a natural process, a stage of human life, and for physical, psychological and social changes that affect, in particular, individuals with prolonged survival (MENDES *et al.*, 2005). Ageing should be understood as a period of modifications arising from the time lived. Frequent changes are those that affect the brain, so the impact with your function adverse consequences. To assist the elderly, cognitive stimulation of playful form is of great importance, with various types of dynamic, enjoyable as jokes, games, group exercises, dancing, designs and a variety of interactive features that enhance the self-esteem of elderly and cognitive function. The work is considered a literature review, qualitative and exploratory approach. The search was carried out on the basis of the *Google scholar* and *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO). The results indicate that the playful activity is considered by several authors, of great importance, as it facilitates the improvement in physical, mental and social health of the elderly, contributing to your quality of life. So, invest in care, prevention and control of diseases of the elderly, provide the means to raise your self-esteem through the care and the development of recreational activities must be worked with conditions and the elderly person to ensure a life of dignity.

Keywords: Aging. Playful. Quality of life.

LISTAS DE SIGLAS E ABREVIATURAS

CAPs	Caixa de Aposentadorias e Pensões
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
ILP	Instituição de Longa Permanência
OMS	Organização Mundial de Saúde
PNAD	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios
SCIELO	<i>Scientific Electronic Library Online</i>

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 CONCEITUANDO IDOSO, ENVELHECIMENTO E LUDICIDADE	17
2.1 Conceito de idoso.....	20
2.2 Envelhecimento e Velhice	21
2.3 Ludicidade	23
2.4 O Idoso e o lúdico	28
3 A IMPORTÂNCIA DA LUDICIDADE NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO.....	31
3.1 Atividades lúdicas para o idoso	31
3.2 A importância da ludicidade na qualidade de vida do idoso.....	34
4 O IDOSO, A SOCIEDADE E OS SEUS DIREITOS.....	39
4.1 O idoso, a sociedade e os seus direitos	39
4.2 O idoso e a Legislação atual.....	40
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	434
REFERÊNCIAS.....	47

1 INTRODUÇÃO

Neste início de século, houve um aumento expressivo da expectativa de vida, o que acontece em quase todo o mundo, pelo fator de mudanças demográficas profundas, assim como pela queda da natalidade e mortalidade.

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no ano 2000, o grupo maior de 65 anos representava 5% da população, em 2010, este número representa 7,4%. Para o ano de 2050, a perspectiva desse grupo etário representará 18% da população brasileira, ou seja, “o número de idosos no Brasil passará de 3 milhões, em 1960, para 7 milhões, em 1975, e 20 milhões em 2008, um aumento de quase 700% em menos de 50 anos” (VERAS, 2009, p. 549). Sendo assim, doenças próprias do envelhecimento ganharam maior expressão no conjunto da sociedade.

O envelhecimento não acontece de maneira instantânea, é um processo natural que caracteriza uma etapa da vida do homem e ocorre por meio de mudanças físicas, psicológicas e sociais que acometem de forma particular cada indivíduo com sobrevida prolongada.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define como idoso um limite de 65 anos ou mais de idade para os indivíduos de países desenvolvidos e 60 anos ou mais de idade para indivíduos de países subdesenvolvidos, como assim acontece no Brasil (MENDES, *et al*, 2005)

Sabe-se que um dos problemas do idoso no Brasil é a falta de cuidado e atenção. Alguns familiares se desfazem deles, abandonando-os em lares para idosos, e recorrentemente, não tendo a família por perto, esses idosos caem em depressão. Além disso, a desvalorização do idoso pela sociedade também causa danos psicológicos a eles.

Para Mendonça e Macedo (2010, p.01), “o termo envelhecimento é usado para se referir a um processo ou conjunto de processos que ocorrem em organismos vivos e que, com o passar do tempo, levam a uma perda de adaptabilidade, deficiência funcional e finalmente, a morte”. Assim, o envelhecer é lento, de modo que, se a pessoa tem a compreensão de possibilidades do seu organismo, ele pode ocorrer de forma gradativa, levando-a ao novo estilo de vida, com serenidade.

Nota-se que o envelhecimento traz alterações fisiológicas, psicológicas e outros, não sendo um sinônimo de doença, mas de transformações do tempo vivido por eles. E, frequentemente, essas mudanças podem afetar a memória dos idosos.

É notório que um dos problemas dos idosos no Brasil é a falta de cuidado e atenção que as pessoas têm com eles. Muitos familiares se desfazem desses, abandonando-os em casas de repouso. Esse abandono se evidencia pela precariedade dos serviços e dos programas sociais e de saúde, sobretudo para os idosos pobres. Muitos deles não tendo a família por perto, entram em depressão. Ao serem desvalorizados pela sociedade, esses idosos sofrem os psicológicos.

Outro grave problema percebido é o difícil acesso aos planos de saúde, já que nessa fase da vida se fica mais suscetível às doenças e passam a frequentar hospitais por mais vezes, com o alto risco de doenças graves e de morte.

Apesar dos instrumentos legais que asseguram os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, a falta de infraestrutura e de acessibilidade para esses cidadãos ainda é grande. Com a perda de algumas habilidades que vem com o tempo, é comum o idoso se locomover nos transportes públicos para buscar atividades lúdicas fornecidas pelos serviços de convivência.

Observa-se a partir daí a necessidade de ampliar e reforçar os benefícios ofertados aos idosos, de maneira socialmente acolhedora em nosso país. Por essa razão, pode se dizer que é necessária a criação de programas de governo, no intuito de incluir o idoso na sociedade, além de campanhas para a sensibilização da população para a valorização, respeito e atenção desse contingente populacional.

Destaca-se a necessidade de ampliar e reforçar os benefícios oferecidos aos idosos de maneira lúdica, recreativa, estimulando a criação de Casas de Lazer, assim como de oficinas terapêuticas produtivas e, até mesmo, de geração de renda, além do atendimento domiciliar com visão holística, proporcionando o mais importante que é a manutenção do idoso no seio familiar.

Contudo, a inserção do lúdico na terceira idade representa atividades que levam o idoso a se sentir bem, porém devem ser realizadas com critérios, respeitando suas limitações físicas e emocionais. O uso de atividades lúdicas com o idoso tem proporcionado bons resultados, pois, essas atividades estão diretamente relacionadas à qualidade de vida.

Sabe-se que o uso de atividades lúdicas com o idoso tem proporcionado bons resultados, pois, são ações voltadas ao desprendimento, à despreocupação, para o distanciamento da tristeza e da solidão que tanto os perseguem, voltando-se para o condicionamento da qualidade de vida desses sujeitos.

A pesquisa traz como objetivo conhecer a importância do lúdico na terceira idade, e como objetivos específicos apresentar alguns tipos de atividades lúdicas praticadas por idosos, identificar os benefícios que essas atividades lúdicas podem proporcionar a eles e, compreender a situação do idoso na sociedade.

O intuito da pesquisa foi reconhecer que garantir acesso às políticas públicas e a serviços especializados de promoção da qualidade de vida, a partir da realização de alguns tipos de atividades lúdicas, pode proporcionar aos grupos de sujeitos da terceira idade, oportunidades de acesso para outras fontes de saúde, além de estar estimulando a socialização, principalmente para aqueles que se sentem vítimas da solidão e do abandono, levando-os a se fortalecerem, a buscar sua própria autonomia e independência na realização de suas obrigações diárias.

A escolha por essa temática justifica-se porque atualmente muitas pessoas ainda têm uma visão preconceituosa sobre a terceira idade, com a ideia de que, com o avançar do tempo, os idosos diminuem suas redes de relações sociais, tornando-se menos satisfeitos com a vida. Embora muitos pensem que envelhecer significa deixar de se desenvolver, adoecer e afastar-se de tudo, na verdade, existem possibilidades da pessoa continuar ativa e de manter uma boa qualidade de vida.

Hodiernamente percebe-se a existência de um movimento em relação aos espaços dedicados à terceira idade, tais como: Centros de Convivência, Centros de Referência, Universidades da Terceira Idade, dentre outros. Esses espaços promovem atividades em grupo e direcionadas para os idosos, com diferentes objetivos cada um. Porém, a interação promovida nas atividades gera um retorno relativamente significativo para cada um dos participantes, isso porque os leva a se sentirem, novamente, no seio da sociedade, embora de maneira tímida.

A interação social gerada entre os idosos desenvolve o seu senso de bem-estar, além de contribuir com a sua melhoria no funcionamento físico, mental e espiritual. As redes sociais estabelecem o contato contínuo com o idoso e podem ser fontes protetoras e mantenedoras de saúde, sobretudo, da saúde mental.

Nesse sentido, nota-se que a qualidade de vida do idoso que participa intensamente de uma vida social, no ambiente em que está inserido e participando de diversas atividades como grupos de convivência, grupos religiosos, grupos de comunidade e outros, é melhor, pois ele consegue ainda manter uma boa relação com sua família, com possibilidade de intensificar a longevidade, melhorando a qualidade de sua saúde, além do favorecimento para uma vida tranquila.

Devido à crescente demanda de idosos potencialmente dependentes em busca de serviços públicos, verifica-se que é preciso que a sociedade esteja preparada para fazer frente a essa realidade, cada vez mais crescente.

Em consequência dos fatos expostos, compreende-se que é preciso acontecer um trabalho sistematizado, que seja capaz de canalizar esforços, a partir de conquistas e de parcerias, no sentido de viabilizar metas e objetivos que atendam aos anseios e às necessidades dessa parcela crescente da população, para que tenha seus benefícios por direito, devidamente, assegurados.

O presente trabalho foi realizado através de pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e exploratória, buscando os conhecimentos de autores para compreender a ludicidade na terceira idade.

Nesse sentido, segundo Gil (2002), a pesquisa bibliográfica é elaborada a partir de materiais já publicados de um determinado tema, encontrados em livros, artigos científicos e outros.

Consoante Marconi e Lakatos (2010), a pesquisa bibliográfica inclui toda a bibliografia já publicada sobre o tema de estudo, em produções avulsas como jornais, livros, monografias, teses, revistas. Sua finalidade é colocar o investigador em contato direto com tudo o que foi publicado sobre determinado assunto.

Para a pesquisa documental, de acordo com o mesmo autor, as fontes são muito diversas. Esse tipo de pesquisa apresenta uma série de vantagens, ao considerar que os documentos constituem uma fonte rica e estável de dados, já que alguns documentos se mantêm conservados ao longo do tempo, assim, tornam-se as mais importantes fontes de elementos para qualquer pesquisa de natureza histórica.

A respeito da pesquisa qualitativa, Minayo (2012) aponta que o estudo de abordagem qualitativa trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das crenças e das atitudes, ou seja, é a parte da realidade social, em que o ser humano se

diferencia pelo modo de agir, pensar sobre o que faz e interpreta suas ações a partir da realidade vivida.

No levantamento dos artigos e outros, utilizou-se as bases de dados *Google Acadêmico* e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), por meio das seguintes expressões: lúdico, terceira idade, qualidade de vida na terceira idade. As fontes utilizadas foram livros, artigos, monografias, e outras publicações científicas. A busca foi realizada no período de agosto a dezembro de 2016.

Foram encontrados 38 artigos, todavia, apenas 21 foram selecionados para a leitura exploratória, de relevância para esse trabalho sobre a importância do lúdico na terceira idade, além de dois livros, que foram essenciais para elaboração desse texto. Depois de finalizada a leitura dos artigos, periódicos e monografias, realizaram-se as devidas interpretações, sendo inseridas no referencial teórico do trabalho, contribuindo de maneira eficaz na elaboração dessa monografia.

A organização deste trabalho encontra-se estruturada da seguinte maneira: na introdução, há uma breve contextualização do objeto, os objetivos, a justificativa e os procedimentos metodológicos. O capítulo I apresenta a conceituação de idoso, envelhecimento e ludicidade e discorre sobre essas temáticas. O capítulo II, à luz de estudiosos do assunto, traz uma discussão sobre a importância da ludicidade na qualidade de vida do idoso, a partir de uma série de atividades que podem ser desenvolvidas por eles, sendo essas capazes de trazer um novo momento na vida de cada um, pois as atividades lúdicas proporcionarão maior motivação pela vida. O capítulo III traz uma discussão sobre o idoso, a sociedade na qual ele vive e os seus direitos assegurados por legislação específica, apresenta a Política Nacional do Idoso, mostrando os seus benefícios, além do Estatuto do Idoso, instrumento de maior relevância quando se trata dessa parcela da população. Ainda menciona a responsabilidade da família, do estado e da sociedade sobre a atenção e cuidados com eles. E, finalmente, tem-se as considerações finais, onde se faz o entendimento do que foi lido e analisado, com base nas referências estudadas.

2 CONCEITUANDO IDOSO, ENVELHECIMENTO E LUDICIDADE

Admite-se que a tendência de envelhecimento da população brasileira solidificou-se mais uma vez por meio da nova pesquisa do IBGE. Os idosos ou as pessoas com mais de 60 anos somam 23,5 milhões de brasileiros, mais que o dobro apontado em 1991, quando a faixa etária contabilizava 10,7 milhões de pessoas. Em comparação entre os anos de 2009 (última pesquisa divulgada) e de 2011, o grupo aumentou 7,6%, ou seja, mais 1,8 milhão de pessoas, pois há dois anos, eram 21,7 milhões de pessoas (BRASIL, 2012).

Observa-se que a população idosa apresenta um crescimento acelerado, porém, o país não está preparado para sua nova condição, ao não apresentar as condições essenciais para que essa nova população seja acomodada, de maneira segura, saudável e atuante.

Essa terceira fase da vida é definida por Rosenberg (1992) como sendo a época em que as atribuições básicas concernentes ao desempenho profissional e à família já foram pelo menos em parte cumpridas e o indivíduo poderia sentir-se mais livre para realizar seus desejos.

Contudo, a realidade diferencia-se e o idoso, recorrentemente, vive essa fase em situação de desconforto, como se ele deixasse de ser útil, sendo considerado uma pessoa inativa, que não serve para maiores atividades, como peso para os que dele cuidam.

Muitas são as distintas manifestações sobre o que se entende por pessoa idosa, em processo de envelhecimento ou velhice.

Estudiosos, como Weyne (1983), defendem a ideia de que as vantagens oferecidas pelo acúmulo de experiências da pessoa de terceira idade superam os problemas de declínio orgânico, pois permitem uma visão mais aberta e descomprometida dos fatos. A velhice, segundo a autora, só se torna uma preparação para a morte quando se deixa de sonhar, quando a pessoa é incapaz de acreditar na sua capacidade de criar e na arte de viver cada momento com amor, inteligência e desejo de crescimento.

Compartilha-se, pois, desse entendimento, ao se compreender que a velhice é um fenômeno para os que não têm a capacidade de enxergar um pouco mais distante, seja porque suas forças estão debilitadas por alguma razão de saúde ou pelo cansaço

de uma vida árdua, com dificuldades inúmeras ao longo dos anos. Mas, buscar essa compreensão à luz das teorias é um desafio, para quem deseja chegar à longevidade.

2.1 Conceito de idoso

O conceito de idoso pode ser diferente para os países em desenvolvimento e para países desenvolvidos. Nos países em desenvolvimento, as pessoas idosas são aquelas com mais de 60 anos; nos desenvolvidos, são as pessoas idosas com mais de 65 anos. Essa definição foi estabelecida pela Organização das Nações Unidas (ONU), por meio da Resolução 39/125, em sua Primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento da População, relacionada à expectativa de vida ao nascer e à qualidade de vida que as nações propiciam aos seus cidadãos (SANTOS, 2010).

Percebe-se que o conceito de idoso pode apresentar diferenças entre países em desenvolvimento e desenvolvidos, pois, nos primeiros, as pessoas idosas são aquelas com mais de 60 anos e, nos últimos, são pessoas com mais de 65 anos.

Nas civilizações primitivas, as pessoas idosas eram afastadas do poder e dos rituais, eram desprezadas. Com a sedentarização, começaram a terem relevantes lugares sociais e, posteriormente, foram considerados como conselheiros, sábios, a quem as pessoas consultavam em momentos de crise (SILVA, 2009).

Hodiernamente, não é muito diferente, para determinados grupos que veem a velhice como sinônimo de sabedoria pelo leque de experiências vivenciadas, pelas memórias e pelos saberes apreendidos.

Sobre as estimativas do Brasil, existe previsão de que até 2025 o país será o sexto do mundo com maior número de pessoas idosas, segundo OMS. Por motivos deste crescimento, atualmente as questões sobre envelhecimento estão sendo cada vez mais estudadas (SILVA, 2009). Desse modo, a medicina por meio de seus avanços permite que esse fenômeno esteja ocorrendo com maior crescimento, possibilitando ao homem melhores condições de sobrevivência, tendo a expectativa de vida aumentada substancialmente desde o começo do século.

Segundo estudos de Lopes e Park (2007) , atualmente, enxerga-se, de um lado, imagens de idosos que querem manter o controle sobre seus corpos, ou seja, de juventude, ativos para realizar tarefas domésticas ou satisfazer seus desejos e sonhos,

e de outro lado, imagens de velhos pobres, doentes, solitários, assexuados e abandonados. Nesse contexto, existem diferentes imagens de velhos na sociedade contemporânea (FERREIRA *et al.*, 2010). Tais imagens, muitas vezes, levam as pessoas idosas a enfrentarem situações de constrangimentos, medos e violências, pois enquanto alguns indivíduos as respeitam, solidarizam-se, muitas outras, menosprezam, agem com violência, intolerância e desrespeito, inclusive por pensarem que essas pessoas não têm mais o domínio de suas forças.

Os fenômenos da velhice são considerados percebidos por meio das modificações que mudam o corpo, na dimensão física. Mas é desejável que se perceba que, ao longo do tempo, são processadas as transformações como a forma de pensar, de sentir e de agir dos seres humanos que passam por esta etapa do processo de viver. Acrescentando que o idoso tem várias dimensões: biológica, psicológica, social, espiritual e outras, nas quais procuram ser consideradas para aproximação de um conceito que o abranja e o perceba como ser complexo (SANTOS, 2010).

Sabe-se que os fenômenos da velhice são mostrados no corpo, ou seja, na dimensão física, mas é reflexível que as modificações tomam forma ao longo do tempo, no modo de pensar, agir e podem ser sentidos pelos seres humanos que passam por essa etapa do processo de viver.

As transformações psicológicas que ocorrem no envelhecer levam o indivíduo a entender que se faz necessário adaptar-se às novas situações do seu estilo de vida e cotidiano. Já as modificações sociais são vistas quando as relações sociais se tornam alteradas na diminuição da produtividade e, principalmente, do poder físico e econômico, sendo a alteração social mais evidente em países de economia capitalista, como é o caso do Brasil (SANTOS, 2010).

Essas modificações psicológicas que ocorrem no envelhecer podem levar o ser humano ao entendimento de que é necessário adaptar-se ao novo estilo de vida e de seu cotidiano. As modificações sociais são as relações sociais que se tornam alteradas na diminuição da produtividade, como o do poder físico e econômico.

O envelhecimento pode ser visto por muitos, também como uma fase de declínio, em que poucos são os benefícios e as aquisições das quais podem desfrutar. Nesse sentido, conforme Caldas *et al* (2003, *apud* KUZNIER, 2007, p.08),

Libertar-se do conceito do envelhecimento como uma fase de perdas é, ao menos, um processo extremamente doloroso, quando existe uma cultura

dominadora investindo numa visão de mundo na qual as pessoas idosas são incapazes e principalmente improdutivas. Reconhecer que ela é dominadora é um primeiro passo para perceber, aceitar e dialogar com outra visão de mundo - a da velhice bem-sucedida, que deve não se concentrar na preparação dos profissionais da gerontologia, mas se estende para todos, inclusive para aqueles que possuem uma consciência mais apurada desta realidade - os próprios idosos.

Os idosos são vistos como indivíduos incapazes e improdutivos, os quais, nesse processo de velhice, são percebidos pelas demais gerações como pessoas que apenas trazem prejuízos para a sociedade, ou ainda, são um fardo para a família.

Vale notar que a redução da capacidade funcional e da autonomia da pessoa idosa pode implicar em consequências negativas não apenas para si, mas em modificações no modo de vida e sobrecarga dos familiares ou de cuidadores.

Compreende-se, também, que, nesse período da vida, o desenvolvimento de doenças crônicas e enfermidades próprias desta faixa etária acarretam modificações no estilo de vida e no contexto familiar que, conseqüentemente, levam ao aparecimento de situações incomuns vivenciadas até então, no que refere a questões de natureza ética.

Para diversos estudiosos, no contexto brasileiro, o acelerado crescimento da população idosa faz surgir um grande desafio, o da assistência à saúde desses idosos. No entanto, o problema é que "no âmbito da saúde, o envelhecimento populacional é um fenômeno que gera novas demandas para os serviços e aumentos substanciais nos custos de programas, exigindo o conhecimento de problemas prioritários e o desenvolvimento de ações visando à sua resolução" (UCHOA, *et al.*, 2011, p. 25).

A saúde dos idosos está dentro do contexto biopsicossocial de sua vida, como acontece com qualquer indivíduo.

2.2 Envelhecimento e velhice

Não se deve confundir envelhecimento com a velhice. Todo o ser vivo evolui e, portanto, o envelhecimento surge no momento em que nasce. Logo, pode-se então considerar o envelhecimento como um processo, a velhice como uma etapa da vida, e o idoso como o resultado e sujeito desses, conforme sugere Papaléo Netto (2002). Certamente, o envelhecimento deve ser considerado e compreendido como um procedimento natural da vida e traz consigo alterações sofridas pelo organismo, vistas

como normais para essa fase. Envelhecemos desde o momento em que nascemos. Logo, consoante Messy (1999, p.18), “*se envelhece conforme se vive*”.

De acordo com Santos (2010, p.1036), o processo de envelhecimento é provocado por transformações,

O processo de envelhecimento provoca no organismo modificações biológicas, psicológicas e sociais; porém, como já referido, é na velhice que este processo aparece de forma mais evidente. As modificações biológicas são as morfológicas, reveladas por aparecimento de rugas, cabelos brancos e outras; as fisiológicas, relacionadas às alterações das funções orgânicas; as bioquímicas, que estão diretamente ligadas às transformações das reações químicas que se processam no organismo.

Segundo o autor, esse processo se dá pelas mudanças biológicas que o organismo passa a apresentar, como os cabelos brancos, as rugas, a agilidade corporal, a percepção, dessa maneira, a pessoa vai perdendo sua fortaleza, fragilizando-se. Muitos não têm ânimo para fazer atividades físicas e nem domésticas.

Para Ávila, Guerra e Meneses (2007 *apud* FERREIRA *et al*, 2010, p.357):

O envelhecimento é um fenômeno do processo da vida, assim como a infância, a adolescência e a maturidade, e é marcado por mudanças biopsicossociais específicas, associadas à passagem do tempo. No entanto, este fenômeno varia de indivíduo para indivíduo, podendo ser determinado geneticamente ou ser influenciado pelo estilo de vida, pelas características do meio ambiente e pela situação nutricional de cada um.

O envelhecimento decorre de mudanças semelhantes às que acontecem na infância, na adolescência e na maturidade. Contudo, este fenômeno ocorre de forma diferente para cada indivíduo, sendo determinado pelo estilo de vida ou geneticamente, assim como pelas características do ambiente de cada um ou pela situação nutricional, ou seja, pelo meio em que vive e uma alimentação rica e saudável.

Outros estudos demonstram que o fenômeno do envelhecimento não precisa ser tratado de maneira negativa. Os problemas referentes à terceira idade, tais como a maior prevalência de doenças crônicas, degenerativas e incapacitantes, que resultam em outros problemas sociais, políticos e econômicos, podem ser contornados com soluções adequadas, que poderão levar, quem sabe, a um envelhecimento exitoso para a maioria das pessoas (GONÇALVES, 2003 *apud* KUZNIER, 2007).

Mostra-se que o fenômeno do envelhecimento não deve ser tratado de maneira negativa, os problemas referentes ao envelhecer têm a maior prevalência de doenças crônicas, degenerativas e incapacitantes, que se originam dos problemas sociais e políticos.

Para Kuznier (2007, p.10), é relevante ressaltar sobre o envelhecimento,

Quando se fala em envelhecimento, é importante ressaltar que essa fase pode e deve ser acompanhada de saúde e da satisfação para o indivíduo. Para que isso aconteça, faz-se necessária a existência de condições sociais, de atenção à saúde, que permeiem todo o processo pelo qual se constitui o envelhecer, bem como a valorização dos anseios do idoso.

Cabe ressaltar que, dessa maneira, entende-se que o envelhecimento é um ciclo de constantes mutações, com perdas psicomotoras, com afastamento social e restrições a tarefas físicas, mas podem ser contornadas por meio de outros arranjos em grupos de convivência, entre seus iguais, a partir da realização de atividades e ações distintas, como já foi mencionado.

Outros autores a percebem de maneira distinta. No entanto, imagina-se que por se tratar de um fato biológico e cultural, o envelhecimento precisa ser analisado e compreendido sob uma perspectiva histórica, socialmente contextualizada.

Percebe-se que a velhice tem sido vista e tratada de maneira diferente de acordo com os períodos e a estrutura social, cultural, econômica e política de cada sociedade. É fundamental trazer o fato de que a sociedade a que pertencem esses idosos impõe uma norma de se relacionar com a vida, que é definida socialmente.

Para que se tenha uma velhice tranquila, saudável, uma série de medidas devem ser adotadas, como cuidados com a saúde, alimentação, atividades físicas acompanhadas por profissional qualificado, dentre outros fatores necessários às condições sociais, emocionais e físicas, valorizando os anseios do idoso.

Na compreensão de Neri (2001 *apud* SILVA, 2009, p.17), “a velhice é a última fase do ciclo vital e é delimitada por eventos de natureza múltipla, incluindo, por exemplo, perdas psicomotoras, afastamento social, restrição em papéis sociais e especializações cognitivas”. A pessoa idosa precisa ter um suporte psicológico, familiar para que possa superar as alterações sofridas em razão de sua idade.

Nota-se a velhice é um processo inerente ao ser humano que aspira viver muitos anos. É um fenômeno dinâmico e progressivo que envolve diferentes fatores.

Admite-se que a velhice é, para alguns, um aprisionamento parecido com a apatia, o desânimo, e qualquer tentativa de libertação é em vão. Para outros, é a consciência de seu momento atual como mais um capítulo de uma vida de concretizações, que deve ser vivida com o próprio comprometimento e amor das outras

fases da vida. Ela é ainda um privilégio, uma conquista que deve ser vivida, experimentada, com interesse, a cada fase (PERON, 2002).

A sociedade capitalista apenas conhece o idoso como um ser de direitos pela dimensão cronológica. Todavia, o estigma da velhice não se refere apenas a qual idade ele possui, pois, essas descrições estigmatizadoras permanecem ligadas a outros valores depreciativos de tudo o que se distancia do colocado e aceito como modelo padrão, o padrão da pobreza, da raça, do desemprego, da doença, dentre outros (SILVA, 2009).

Constata-se que sob essa ótica de observação e análise prevalece a visão do envelhecimento no seu aspecto biológico e suas consequências no âmbito individual. Dentro dessa perspectiva, muitos autores já discorriam sobre esse assunto, dentre muitos Simone de Beauvoir (1990), por exemplo, acredita que se falará em velhice quando, além da idade avançada, as deficiências e as perdas biológicas não forem mais esporádicas e contornáveis, tornando-se importantes e irremediáveis, causando fragilidade e impotência (RODRIGUES, 2004). Assim, a velhice é uma fase da vida que deve ser vivida com amor, paciência e felicidade.

2.3 Ludicidade

De acordo com sua origem latina, o significado da palavra lúdico é "ludus" que significa jogo. O termo se relaciona ao brincar e essa ação normalmente é compreendida através da utilização dos brinquedos, dos jogos e das brincadeiras.

Conforme Fortuna (2000), jogo é o suporte da brincadeira, que por sua vez é o lúdico em ação.

Para Luckesi (2000, p.96), o que caracteriza o lúdico "é a experiência de plenitude que ele possibilita a quem o vivencia em seus atos".

Sobre esse assunto, Negrine (2000) afirma que a capacidade lúdica está diretamente relacionada a sua pré-história de vida. Acredita ser, antes de tudo, um estado de espírito e um saber que, paulatinamente, vai se instalando na conduta do ser devido ao seu estilo de vida.

O lúdico refere-se a uma dimensão humana que evoca os sentimentos de liberdade e espontaneidade de ação. Ele abrange atividades despretensiosas,

descontraídas e desobrigadas de toda e qualquer espécie de intencionalidade ou vontade alheia. É livre de pressões e avaliações.

Para Caillois (1986), o caráter gratuito presente na atividade lúdica é, quase sempre, a característica que mais a deixa desacreditada diante da sociedade moderna. No entanto, ressalta que é graças a essa característica que é permitido que o sujeito se entregue à atividade despreocupadamente.

Compreende-se por lúdico como sendo uma forma de disfarce, ou, ao menos, ele habilita a criança a disfarçar-se envolvendo alguma proposta de mudança de identidade, um fingimento que se concretiza, por exemplo, no uso da roupa emprestada dos pais, na estrela do xerife, na roupa de super-herói, enfim, no enredo da brincadeira/jogo.

O disfarce, por sua vez, é uma das grandes paixões humanas, de grande valia para o convívio social, civilizado. Para Herrmann (1999, *apud* ALVES, 2009, p. 46), "É uma atitude eminentemente social que regula ou desregula a relação com o outro e que depende de uma convenção socialmente compartilhada, para se tornar efetiva".

O lúdico permite um desenvolvimento amplo, global e uma visão de mundo mais real. Por meio das descobertas e da criatividade, a criança, assim como o idoso, pode se expressar, analisar, criticar e transformar a realidade. Quando devidamente aplicada e compreendida, a atividade lúdica poderá contribuir para a melhoria da qualidade de vida, inclusive para redefinir valores e para melhorar o relacionamento das pessoas na sociedade.

O termo lúdico é derivado do latim "ludus", e significa jogo, está relacionado com o divertimento, o ato de brincar e com a recreação. Observando-se as pesquisas sobre Psicomotricidade, a palavra lúdico está em suas origens, não somente como sinônimo de jogo, mas sendo reconhecida na psicofisiologia ao retratar o comportamento humano. (CICERO, 2007).

Outros estudiosos corroboram com esse conceito, acrescentando outras informações. Neste sentido, segundo Huizinga (1996), a palavra lúdico é nativa do latim *inludere*, *inlusio*, que significa ilusão, sendo tida como um divertimento, algo descompromissado, mas, admite-se que o lúdico possibilita a formação de grupos sociais, ou seja, promove as relações interpessoais.

A ludicidade como recurso eficaz aplicado ao grupo de terceira idade difundiu-se, principalmente a partir da necessidade de integração, da possibilidade de uma melhor qualidade de vida ao idoso e de adoção dos métodos ativos.

Para Freitas e Salvi (2007, p.04-05), a origem do lúdico:

O lúdico tem sua origem na palavra latina "ludus" que quer dizer "jogo". Se achasse confinado a sua origem, o termo lúdico estaria se referindo apenas ao jogar, ao brincar, ao movimento espontâneo. A evolução semântica da palavra "lúdico", entretanto, não parou apenas nas suas origens e acompanhou as pesquisas de Psicomotricidade. O lúdico passou a ser reconhecido como traço essencial de psicofisiologia do comportamento humano. De modo que a definição deixou de ser o simples sinônimo de jogo. As implicações da necessidade lúdica extrapolaram as demarcações do brincar espontâneo.

O lúdico é entendido como brincadeiras, jogos, movimentos espontâneos e outros e serve para o desenvolvimento dos indivíduos. Acredita-se que brincando e jogando, o idoso direciona seus esquemas mentais para a realidade que o cerca, aprendendo-a, reaprendendo e assimilando-a mais fortemente. Por isso, pode-se afirmar que, por meio das atividades lúdicas, é possível expressar, assimilar e construir a realidade. Assim, é possível aprender qualquer atividade utilizando-se da ludicidade.

Na atualidade, o lazer é classificado, conforme Dumazdier (1999), em três principais funções: descanso, recreação e desenvolvimento pessoal. Segundo o autor, o lazer pode ser dividido em seis categorias, são elas: interesses físicos, artísticos, práticos ou manuais, intelectuais, sociais e turísticos. Tais categorias estão divididas em conformidade com o predomínio em suas atividades. Então, não se deve pensar nessas categorias isoladamente, porque esses interesses partem de opções pessoais, o que permite pensar no homem de forma integrada, corpo e mente, podendo tais categorias passear em interesses distintos (MELO; ALVES JUNIOR, 2003).

O lazer pode ser dividido em seis categorias como interesses físicos, artísticos, práticos ou manuais, intelectuais, sociais e turísticos.

Para Freitas e Salvi (2007, p.04):

As atividades lúdicas ajudam a construir uma práxis emancipadora e integradora, ao tornarem-se um instrumento de aprendizagem que favorece a aquisição do conhecimento em perspectivas e dimensões que perpassam o desenvolvimento do educando. O lúdico é uma estratégia insubstituível para ser usada como estímulo na construção do conhecimento humano e na progressão das diferentes habilidades operatórias, além disso, é uma importante ferramenta de progresso pessoal e de alcance de objetivos institucionais.

As atividades lúdicas devem contribuir para outra construção, a da prática de integralidade dos indivíduos, tornando-se um instrumento de aprendizagem e conhecimento, usado para estimular conhecimento, habilidades e progresso pessoal.

Conforme Santin (1994, *apud* FREITAS; SALVI, 2007, p.05-06), a ludicidade promove “ações vividas e sentidas, não definíveis por palavras, mas compreendidas pela fruição, povoadas pela fantasia, pela imaginação e pelos sonhos que se articulam com materiais simbólicos”. Dessa maneira, entende-se que uma atividade lúdica pode levar a pessoa idosa a sentir-se jovial, sociável, participativa e, por esses motivos, são de suma importância para esse sujeito.

O lúdico não é encontrado nos prazeres de padrão básicos, no que é dado pronto, possui a marca da singularidade do sujeito que o vivencia. A ludicidade pode estar associada a algo alegre e prazeroso, à valorização interpessoal, à liberdade de expressão, ao questionamento dos resultados, com abertura para a descoberta e a importância do processo-produto das atividades.

A ludicidade, com suas regras e normas, pode oportunizar o exercício da cidadania. Por meio de práticas lúdicas, exercita-se o autoconhecimento, aprende-se a respeitar a si mesmo e o outro e a relacionar-se bem por meio da percepção do brincar consciente e da não violência (FREITAS; SALVI, 2007). A ludicidade é fruto da espontaneidade, do prazer da vida, da criatividade e do estar bem consigo mesmo, o que é comum acontecer entre as crianças e os idosos, os primeiros pela inocência e os últimos pela sabedoria.

De acordo com Berkenbrock (2002 *apud* SIQUEIRA, 2010 p.04):

Jogos, brincadeiras, dinâmicas de grupos sempre são bem-vindos em momentos em que pessoas se encontram reunidas, podendo servir de subsídios a pessoas que trabalham com grupos e gostariam de inserir algo descontraído, alegre, competitivo em encontros. Procurando mesclar atividades que sejam competitivas e divertidas com outras ainda que possam ser usadas com o objetivo de entrosamento ou de quebra-gelo para grupos de diversas idades.

Assim, os jogos são essenciais para dinâmicas de grupos para distrair e ter conhecimento, para promover alegria, felicidade, socialização. As atividades divertidas podem trazer o quebra-gelo entre os indivíduos. Nota-se que faz vencedores e perdedores, mas o que importa é competir.

É importante destacar que, desde a Antiguidade, os jogos já exerciam grande fascínio nas pessoas. As crianças e os idosos apresentam maior disposição para

brincar, enquanto o adulto, com responsabilidades e um ritmo muito estressante de trabalho e, outros, para cumprir os seus afazeres. Deve-se dar relevância à ordem lúdica e aprender a resgatá-la (YOZO, 1996, *apud* SIQUEIRA, 2010).

As atividades lúdicas acontecem para aliviar tensões, conflitos e confortar a mente e alma. As pessoas alegram-se ao desenvolvê-la, ao mesmo tempo, que ela proporciona uma aproximação com os demais, sejam crianças, sejam idosos.

De acordo com Huizinga (2004, *apud* BISPO, 2009, p.13), o lúdico:

[...] é uma atividade livre, conscientemente tomada como “não séria” e exterior à vida habitual, mas, ao mesmo tempo, capaz de absorver o jogador de maneira intensa e total. É uma atividade desligada de todo e qualquer interesse material, que não se pode obter lucro, praticada dentro de limites espaciais e temporais próprios, segundo uma certa ordem e certas regras. Promove a formação de grupos sociais com tendência a rodearem-se de segredo e a sublinharem sua diferença em relação ao resto do mundo por meio de disfarces ou outros meios semelhantes.

O lúdico é uma atividade desligada de qualquer interesse material, ela não visa ao lucro, pode-se formar por grupos sociais para dividir suas experiências e vivências. É uma atividade livre, mas que, ao mesmo tempo, pode absorver o jogador.

Entende-se como uma necessidade básica da personalidade, do corpo e da mente, uma vez que o lúdico é parte das atividades relevantes para dinâmica humana, caracterizando-se por ser espontâneo, funcional e satisfatório. Sendo funcional, não deve ser confundido como mero repetitivo, aparentemente sem alvo ou objetivo, nem desperdiça movimento: ele visa produzir o máximo, com o mínimo de dispêndio de energia (FREITAS; SALVI,2007).

Compreende-se que o lúdico faz parte da vida. Dessa forma, todos podem brincar, embora, às vezes, não seja percebido que a pessoa está brincando, como exemplo, com um lápis na mão é possível rolar, rabiscar, bater. Brincar faz parte da vida.

A atividade lúdica pode ser um jogo ou qualquer outra atividade que proporcione interação. Por isso, o lúdico é responsável por tornar a atividade pedagógica um meio de fazer com que a maioria dos alunos participem, mesmo os mais introvertidos, da atividade proposta. Igualmente pode ocorrer com pessoas da terceira idade que, em sua maioria, passaram grande parte de suas vidas longe do ambiente escolar, encontrando, frequentemente, dificuldades para se adaptarem.

Segundo Brunhs (1997, *apud* FERREIRA *et al* 2010 p.03), na vida cotidiana, o lúdico é concebido da seguinte maneira:

Em seu sentido primeiro, a vida cotidiana diz respeito às coisas que ocorrem na sucessão de todos os dias. Refere-se, portanto, ao que é habitual, corriqueiro, comum. Talvez, por isso, se construa em torno dela associações com aspectos de pouca ou nenhuma importância, inscrito no que é banal, pura trivialidade. Algo semelhante parece acontecer com as práticas lúdicas, não raro encaradas como contraponto de seriedade, reino de tudo que é inútil, improdutivo, vazio. Coisas para entreter quem não tem mais o que fazer.

Para o senso comum, o lúdico ainda é visto de forma preconceituosa, considerado uma atividade que deve ser direcionada apenas para crianças e idosos. Muitas vezes, as atividades lúdicas são encaradas como inúteis. No entanto, essa é uma análise preconceituosa, por parte de quem não as conhece em sua totalidade.

2.4 O idoso e o lúdico

O envelhecimento da população deve ser entendido como uma situação normal, irreversível, mas carecendo que sejam providenciadas as medidas necessárias para que o último ciclo da vida do ser humano seja vivido com afeto, sensibilidade e respeito. Neste aspecto, o fenômeno do lúdico, tal como na criança, apresenta-se como um importante instrumento, não se restringindo à idade dos indivíduos. Fazendo-se algumas comparações entre estes dois períodos da vida do homem, a infância e a velhice, ambos dispõem de tempo para a realização das suas atividades (CAETANO, 2004).

A atividade lúdica apresenta-se como um instrumento capaz de contribuir para uma boa qualidade de vida para essa parcela da população, que vive sem esperança, enxergando a velhice como doença, enquanto a sociedade a percebe como inábil.

Hodiernamente, os idosos estão preocupados com o seu bem-estar, então eles devem desenvolver atividades lúdicas, por meio de jogos e brincadeiras da infância, e através do contato com outras pessoas, novas amizades, podem reviver a sua infância e jovialidade.

O poder lúdico é capaz de transformar a realidade, trazendo novas conquistas no mundo imaginário para idoso. Da mesma forma, somente a ludicidade pode reaver a criatividade e criticidade dos indivíduos, fazendo com que sejam capazes de resistir às

situações desumanizantes, levantando sua autoestima e lhes dando motivos para viver, embora em um meio desconfortável.

Compreende-se que a ludicidade é uma necessidade do ser humano em qualquer idade e não pode ser vista apenas como diversão, mas como uma ferramenta propiciadora de harmonia, tranquilidade e serenidade.

O processo de desenvolvimento do aspecto lúdico facilita na aprendizagem, no desenvolvimento pessoal, social e cultural, colabora para uma boa saúde mental, facilitando os processos de socialização, comunicação e na construção do conhecimento, conforme o entendimento de Santos (1997, *apud* BEZERRA; GOMES, 2010).

Cabe ressaltar que os jogos, as brincadeiras e as demais atividades lúdicas, quando devidamente realizadas, podem aguçar o caráter educativo da pessoa, contribuindo para seu despojamento, espontaneidade, desinibição, proporcionando maior envolvimento junto aos demais, sejam elas crianças ou idosos, sem, contudo, deixar de ser relevante a participação de uma pessoa adulta.

Na compreensão de Fernandes, Oliveira e Canani (2011, p.01):

Pensar no envelhecimento nos dias atuais é pensar em novas possibilidades de vivências, conhecimentos, sentimentos e participação na sociedade. Já não cabe para os dias atuais pensar no idoso como alguém que fica somente em casa a tricotar e cuidar de netos, a realidade se mostra de maneira oposta a este pensamento.

Sendo assim, os jogos aparecem em uma época em que se fala muito nas atividades lúdicas para a população idosa, pois ela participa de múltiplas capacidades, capazes de descontrair, ativar suas potencialidades, minimizando suas limitações. Estabelece um convívio com as diferenças, motivando uma postura de desafio para as novas conquistas e gerações de idosos.

Deste modo, a realidade na forma de ação pode promover a valorização do idoso e, para sua interação com o meio, utiliza-se da ludicidade, com atividades mais prazerosas para promover maior interação no grupo e buscar-se assim promoção e a participação no seio da sociedade.

Para Jacob (2007, p. 06), a animação para idosos tem os seus benefícios:

A animação de idosos, em específico, define-se, de uma forma geral, na maneira de actuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, um estímulo na vida mental, física e afectiva da pessoa idosa. A animação representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais activa e mais criadora, à melhoria nas relações e

comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que se faz parte, desenvolvendo a personalidade do indivíduo e a sua autonomia.

A animação para o idoso é uma condição que o leva a atuar em campos distintos, auxilia no desenvolvimento da qualidade de vida, estimulando a vida mental, física e afetiva da pessoa idosa. A animação representa um conjunto de regras para a relação do idoso na sociedade, na família.

Admite-se que, nas últimas décadas, um dos assuntos bastante discutido é a “terceira idade”, dando uma maior ênfase a essa fase da vida, inclusive verificando a influência da atividade lúdica no comportamento do idoso. Portanto, percebe-se que os idosos deixaram de ser pessoas passivas ao buscarem, cada vez mais, os grupos de convivências, as atividades sociáveis, não só por recomendação médica, mas por acreditarem que, durante essa fase, eles precisam estar de bem com a vida, plenamente.

3 A IMPORTÂNCIA DA LUDICIDADE NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

A partir do que foi visto compreende-se que atividades lúdicas devem proporcionar melhores condições de vida para o idoso. No entanto, buscar novas oportunidades para o exercício da criatividade, da cidadania e da vida social é condição imprescindível para uma qualidade de vida digna da pessoa idosa.

Muitos pesquisadores denominam o século XXI como o século da ludicidade. Vivemos em tempos em que diversão, lazer, entretenimento apresentam-se como condições muito estudadas pela sociedade.

3.1 Atividades lúdicas para o idoso

Certamente, o objetivo da ludicidade é proporcionar os meios que permitam um novo sentido de vida de pessoas idosas.

Sousa (2005, p.18) caracteriza as atividades lúdicas como:

As atividades lúdicas são atividades centradas na emoção e no prazer, mesmo quando o jogo possa trazer alguma angústia ou sofrimento. Nesses casos, quando o ser humano exprime emoções consideradas negativas, ele funciona como uma “catarse”, uma limpeza da alma, que dá lugar para que outras emoções mais positivas se instalem. Sentimentos como raiva, tristeza e frustração fazem parte de nossa vida diária. Poder liberá-los através de um jogo, uma brincadeira, não só nos aliviará do fardo, como nos ensinará a utilizar o humor de forma a fortalecer nossa resiliência. Dançar ou virar cambalhota podem ser maneiras saudáveis de liberar aquela adrenalina concentrada em nosso organismo e que, muitas vezes, não permite nos concentrarmos nas atividades mentais, incluindo no aprendizado.

As atividades lúdicas são meios capazes de proporcionar emoção e prazer. Os sentimentos fazem parte da nossa vida, como a raiva, a tristeza, a alegria, a angústia e tantos outros que podem ser trazidos por meio de jogos, brincadeiras e deverão ser utilizados com humor, de forma a fortalecer a resiliência da pessoa idosa.

Em conformidade com Jacob (2007, p.14-15), alguns exemplos de jogos de animação física ou motora:

1º jogo. Material: Placa quadrada com várias filas de pregos, elásticos de várias cores e grossuras diferentes. Objectivo: fortalecimento dos músculos das mãos. Modo de jogar: esticar os elásticos ao longo dos pregos de modo a fazer desenhos. 2º jogo. Material: Garrafas de plástico de 1/2 l, ou de 1,5l, cheias de

areia, pintadas, com um cordel atado no gargalo, por sua vez este cordel com um metro de fio está atado a um pequeno pau. Objectivo: fortalecimento dos músculos dos braços. Modo de jogar: puxar as garrafas, enrolando o cordel num pequeno pau. E, no 3º jogo, Material: cinco garrafas de plástico de 1/2 l, ou de 1,5l, cheias de areia e pintadas, uma bola pequena. Objectivo: concentração e coordenação óculo-manual. Modo de jogar: atirar a bola para derrubar os pinos (garrafas) que estão em pé, a uma certa distância.

Estas são algumas atividades lúdicas que pessoas idosas podem participar em seu dia a dia e, assim, movimentar-se, deixar o corpo exercitar-se e a mente ficar em atividade.

As brincadeiras são formas de atuação em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida, além do corpo social da pessoa idosa. Representam um conjunto de regras com vista a facilitar o acesso a uma vida ativa e mais criadora, produzindo à melhoria nas relações e a comunicação com outros, incentivando o desenvolvimento da personalidade e da autonomia dela (JACOB, 2007).

Muitas são as brincadeiras e os jogos utilizados pelos pedagogos, terapeutas ocupacionais, cuidadores, babás, dentre outros profissionais, além das usadas pelos familiares, parentes e amigos, quando em convívio ou trabalhando com crianças e idosos, não só para que desenvolvam suas habilidades e potencialidades, mas também, como meio de socialização, aproximação, convivência harmoniosa, saudável, dentre outros benefícios.

Segundo Jacob (2007), existem os Jogos de Animação cognitiva como:

Atividades	Objetivos	Materiais
Jogo da memória	Estimular a concentração, raciocínio e a observação	1 pano bola pequena 1 caneta, 1 lápis 1 copo, 1 régua 1 boneco pequeno 1 terço, 1 moeda
Objeto trocado	Desenvolver a imaginação e a criatividade. Abstração do real	1 bola
Relembrar memórias antigas		
Objeto com funções diferentes	Desenvolver a imaginação e a Criatividade. Abstração do real, estimular o raciocínio.	1 garfo
Completar provérbios	Estimular as capacidades intelectual e cultural, valorização pessoal.	Lista de provérbios
Dominó	Estimular o raciocínio, desenvolver e/ou manter a capacidade intelectual e participativa e organizativa, convívio.	Dominó

Jogo de cartas	Estimular o raciocínio, desenvolver e/ou manter a capacidade intelectual, participativa e organizativa, convívio.	Baralho de cartas
Palavras cruzadas	Desenvolver e/ou manter a memória e a concentração, incentivar a comunicação e o trabalho de grupo palavras.	Palavras cruzadas
Palavras rimadas	Estimular a imaginação e a criatividade. A interação de grupo. Comunicação.	_____
Diferenças	Desenvolver e/ou manter a concentração e a observação.	Jogo de diferenças
Tabuleiro de números	Identificar os números e associar os números aos orifícios correspondentes, desenvolver o tacto e o raciocínio.	Jogo
Dominó para invisuais	Desenvolver o tacto, dar a conhecer o mundo através do tato, estimular a capacidade intelectual.	Jogo
Identificar cheiros e sabores	Desenvolver o olfato e o paladar, estimular a capacidade intelectual, dar a conhecer o mundo de outra forma.	canela em pó, sal, canela em pau, açúcar, farinha, erva doce, pimenta e arroz.
Leitura de livros e jornais	Desenvolver a capacidade intelectual e cognitiva.	jornais e livros.
Jogo do “stop”	Memória e inteligência	Papel e canetas.
Enfiar contas	Desenvolver tacto e raciocínio	Jogo
Puzzle de encaixe de madeira	Desenvolver tacto e raciocínio e a estratégia	Jogo

FONTE: JACOB, 2007, com alteração da autora.

Estas são algumas atividades lúdicas que podem ser usadas para animação de idosos, numa tentativa de melhoria da qualidade de vida dessa parcela desse grupo social. Trata-se de um conjunto de passos com o objetivo de facilitar uma vida com mais atividade, mais produtiva e de melhoria das relações e comunicação com outros indivíduos, incentivando o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e da sua autonomia.

No entendimento de Sousa (2005, p 22), as atividades lúdicas para os idosos apresentam os seguintes objetivos:

[...] estimular os aspectos motores, lúdicos, psicológicos e sócio-afetivos dos idosos, visando à integração e ao bem-estar do grupo; Parte inicial: atividades lúdicas - iniciar com alongamento neuromuscular, atividades moderadas, depois aumentar o ritmo e novamente para atividades moderadas; Parte final: alongamento articular e/ou relaxamento para finalizar. Podendo aplicar o conto de histórias, o canto, e os jogos de adivinhas.

Estas são as etapas para atividades lúdicas, com seus respectivos objetivos estimulando os aspectos motores, que se iniciam pelo alongamento neuromuscular, e atividades mais leves e, na parte final, promover um alongamento ou relaxamento, o que pode ser feito por meio de contação de histórias, jogos de adivinhação, danças, músicas, dentre outros.

Todas essas atividades levam o idoso a observar, para exercitar a memória, buscando a lucidez, a atenção, despertando a curiosidade. Ele também é solicitado a tocar com a mão, a passar um objeto entre o grupo por diversas vezes, com o intuito de levá-lo a rememorar as etapas daquela atividade, proporcionando o exercício do tato, da audição e da memória, trazendo o caráter afetivo e a socialização. A música leva o idoso a rememorar fatos marcantes de sua vida, o exercício que também pode promover o controle emocional e a dança, não só o leva a movimentar todo o corpo, trabalhando as áreas psicomotoras de base, além de proporcionar o exercício da inclusão, satisfação e da sociabilidade.

Dentre outras existentes, todas essas atividades permitem aos idosos a melhoria na sua qualidade de vida, ao promoverem a aproximação de outras pessoas e contribuírem nas relações com outros grupos sociais.

3.2 A importância do lúdico na qualidade de vida do idoso

O termo qualidade de vida é compreendido como uma questão complexa e difícil de ser definida, mas, existem teóricos que explicam o que ela pode significar. A Organização Mundial da Saúde (OMS) conceitua qualidade de vida como “a percepção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (1995, p. 1405).

Sendo assim, a qualidade de vida pode ser mensurada a partir das próprias condições de vida do idoso, ou seja, dependendo de sua cultura, o fato dele ter saúde já pode ser pensado uma vida com qualidade.

Segundo Kishimoto (1993, *apud* SOUSA, 2005 p.15):

No jogo lúdico, o idoso não é mais do que é na realidade, permitindo-lhe o aproveitamento de todo o seu potencial. Nele, o idoso toma iniciativa, planeja, executa, avalia. Enfim, ele aprende a tomar decisões, a introjetar o seu contexto social na temática do faz de conta. Ele aprende a se reeducar. O

poder simbólico lúdico do faz-de-conta abre um espaço para a apreensão de significados de seu contexto e oferece alternativas para novas conquistas no seu mundo imaginário.

No jogo do lúdico, o idoso não é mais do que é na realidade, porém ele faz uma viagem na sua imaginação, sendo levado para outro universo, da iniciativa, da organização, da tomada de decisão, da execução de atividades, etc. Ele reaprende a tomar posições, a exercer suas potencialidades adormecidas. O lúdico tem o poder do simbólico, abre espaço para a apreensão dos significados.

Na atividade lúdica, o que importa não é apenas o produto da atividade, o que dela resulta, mas a própria ação, o momento vivido. Possibilita a quem a vivencia momentos de encontro consigo e com o outro, momentos de fantasia e de realidade, de ressignificação e percepção, de autoconhecimento e conhecimento do outro, de cuidar de si e olhar para o outro, momentos de vida em sua plenitude.

Rios (1994 *apud* SILVA 2009) argumenta que a qualidade de vida está relacionada ao bem-estar nas dimensões como saúde, educação, situação financeira, relações sociais e familiares, moradia, atividades recreativas, autoestima, religião, e grau de desenvolvimento pessoal, ou seja, nos mais distintos aspectos.

As atividades lúdicas podem trazer benefícios aos idosos como a autonomia, permitindo à pessoa idosa interações entre si e entre outros iguais, a confiança entre eles, motivando-os a lutarem por seus objetivos e conhecerem novas realidades. A realização dessas atividades pode também acarretar afetividade, fazer as atividades com prazer e amor.

Os benefícios irão interferir numa melhoria da qualidade de vida para o idoso, causando uma prevenção patológica e independência social na vida cotidiana.

Desse modo, para Sousa (2005, p. 17-18), os jogos lúdicos podem permitir:

[...] excelente vivência em grupo, por meio deles, o idoso reaprende a exercer a liderança, a compartilhar e saber ser liderado. Para que estas habilidades possam surgir de forma espontânea e profícua, é necessário que o educando saiba como balanceá-las, fazendo com que os próprios idosos participem de processos que, de forma muito simples, estabeleçam representações, regras, um sistema de controle e de ajustes.

O lúdico, quando manifestado em atividades, promove uma vivência em grupo de excelência, os levando a reaprenderem a buscarem exercitar sua liderança, por meio de processos onde as representações e regras são reestabelecidas.

Hervy (2001, p. 31) afirma que “A importância da animação social das pessoas mais velhas é um meio de facilitar a sua inserção na sociedade, a sua participação na vida social e, sobretudo, permitir-lhes desempenhar um papel, inclusive reativar os papéis sociais.” Enquanto que Jacob (2007, p. 31) define “a animação de idosos como a maneira de atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estímulo permanente na vida mental, física e afetiva da pessoa idosa”.

Esses conceitos permitem a percepção da ideia de que a qualidade de vida dos idosos depende, em grande medida, de vários fatores, como a autonomia para executar as atividades do dia a dia, procurando sempre manter uma relação familiar amistosa, uma convivência sadia com o ambiente exterior, recursos econômicos suficientes para a manutenção de suas necessidades básicas e para a realização de algumas atividades lúdicas e recreativas, continuamente.

As autoras Penna e Santo (2006, *apud* SILVA, 2009, p.33) compreendem por qualidade da vida na velhice o que se segue:

A compreensão de qualidade de vida na velhice está atrelada ao significado de velhice dada pelos idosos que devem considerar as referências às mudanças do corpo e as imagens desse corpo, os contrastes sociais e culturais que caracterizam o curso de vida, se o passado foi marcado pela busca de sobrevivência, pelo trabalho com poucas garantias ou não, e se hoje na velhice, sobrevivem com a ajuda de familiares ou são independentes. O envelhecimento bem-sucedido não é um privilégio ou sorte, mas um objetivo a ser alcançado por quem planeja e trabalha para isso, sabendo lidar com as mudanças que efetivamente acompanham o envelhecer.

O significado de envelhecer traduz-se pela ideia de que são os meios que favorecem, como o convívio social, a participação, os cuidados preventivos, os hábitos de vida saudáveis.

Percebe-se que a memória em longo prazo, por sua vez, refere-se também à quantidade e à qualidade da informação que uma pessoa é capaz de deter sobre si mesma ao longo do tempo, e tem relação direta com a sua identidade.

A identidade das pessoas é entusiasmada pelas memórias que levam delas próprias e das outras pessoas. A prevenção desta função cognitiva admite que as atividades de vida diária sejam alcançadas de maneira independente, bem como sejam conservadas as relações com o outro. Seria impossível a consideração da condição humana tal qual nós a registramos na atualidade, pois nos faltaria a capacidade de deter as informações básicas de sobrevivência e repassá-las adiante. Estas ações são

analisadas e são cruciais para a continuidade da vida, seja no nível biológico, com a genética da reprodução, seja na vida social, com a transferência cultural entre as gerações (IZQUIERDO, 2004 *apud* OLIVEIRA *et al.*, 2012).

Uma boa qualidade tem diferentes significados, para diferentes pessoas, de lugares e ocasiões diferentes. Depende-se de cada indivíduo para ter seu próprio conceito.

O indivíduo, para obter melhor qualidade de vida, precisa que uma série de necessidades orgânicas seja suprida. Mas não pode ser reduzida somente a esse aspecto, além disso, como é avaliado por Neff (1986, *apud* SILVA, 2009, p.30): “A qualidade de vida busca transcender a mera subsistência humana, satisfazendo também o conjunto de carências relativas à liberdade, ao lazer, à participação, ao afeto, à criação, ao entendimento, à identidade e à proteção”.

A elaboração de programas de atividades físicas para terceira idade deve ser um preparo para que o idoso possa cumprir suas necessidades básicas essenciais à vida, sempre atentando para sua autossuficiência, através da exercitação da saúde física e mental e social.

Para Jacob (2007), existem cinco princípios da motivação para que o idoso possa nortear suas práticas, atividades, vontades e desejos que são: o ser humano é motivado quando pode realizar as suas próprias ideias, quando a sua conduta é avaliada por apreciações merecidas e justas, para que seja estimulado diversas vezes, não deve ser apreciado de maneira negativa para não perder a motivação, o levando a alcançar, pelos seus próprios esforços, aquele objetivo que ele pontuou para si.

Marchi (2000, *apud* SILVA, 2009, p.30) coloca seis eixos para a busca da qualidade de vida, são eles:

Saúde física: que compreende exercícios físicos, alimentação adequada, hábitos saudáveis, etc; - Saúde profissional: inclui a satisfação com o trabalho, organização, sentir-se confortável com a posição e situação financeira, e a significação do trabalho, etc; - Saúde intelectual: contempla a concentração, oportunidade de criar, atualizar-se através de leituras, etc; - Saúde social: é a satisfação com o tipo de relação que se mantém com a família e amigos, capacidade de desenvolver relacionamentos, participação na comunidade, etc; - Saúde emocional: entra a satisfação consigo mesmo, comunicação e elogio, relaxamento sem o uso de drogas, etc; - Saúde espiritual: é a questão dos objetivos realistas, a tolerância com a diferença e o exercício espiritual, etc.

Através dessas concepções, percebe-se que a qualidade de vida está atrelada a fatores tanto comportamentais, como ambientais, uma vez que se unem os vários aspectos da vida humana.

A qualidade de vida pode ser percebida da seguinte forma, o termo compreende muitos significados, que cogitam conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e conjuntos que a ele se reproduzem em variadas épocas, espaços e histórias desiguais, sendo, assim uma construção social com a marca da relatividade cultural (MINAYO *et al.*, 2000, *apud* SILVA, 2009).

Sem dúvida, o cuidado está diretamente relacionado à qualidade de vida oferecendo ao indivíduo autonomia e ofertando ainda condições de vida mais satisfatórias, contribuindo assim para a saúde física, mental, além da interação social e familiar.

4 O IDOSO, A SOCIEDADE E OS SEUS DIREITOS

Imagina-se que o idoso está numa fase da vida em que deve colher os frutos de seus esforços, do seu trabalho ao longo da vida, o que não significa que deva negar auxílio aos seus filhos e entes queridos. Contudo, deve diferenciar a ajuda da exploração. Por vezes, o idoso acaba cedendo aos apelos das gerações mais novas em troca de afeto e consideração.

Entretanto, compreende-se que recorrentemente a aposentadoria da pessoa idosa contribui com a renda familiar, porém, não se deve permitir que essa situação seja em favor de algo, como receber um pouco de atenção, carinho, afeto por parte de seus entes queridos.

A demanda de serviços para essa população cresceu muito nos últimos anos, em detrimento do que pode ser observado na atualidade e serve, em geral, aos idosos que conquistaram uma aposentadoria, que são da década privilegiada em termos de emprego e estabilidade financeira, em contraste com o que pode ser observado atualmente.

4.1 O idoso, a sociedade e os seus direitos

A sociedade brasileira ainda não solucionou satisfatoriamente a situação social do idoso, uma vez que a realidade em que este se encontra torna visível as mínimas condições de sobrevivência e, nem sempre lhes são garantidas. Então, imagina-se que, nesta condição, a maioria da população idosa sofre com estereótipos da velhice e problemas sociais de toda ordem (OLIVEIRA, 1999).

O idoso, no transcorrer de sua trajetória de vida, vivenciou na juventude e na maturidade inúmeros papéis sociais distintos, que paulatinamente foram sendo desaparecidos ou desconsiderados em sua existência. Este sujeito teve sua representatividade minimizada no mercado de trabalho e na sua família, como trabalhador que produz, enquanto pai, mãe ou chefe. Porém, com o passar dos anos, estes papéis vão sendo apagados. Para muitos, resta a aposentadoria.

Contudo, tem-se a impressão de que a aposentadoria desconsidera todas as atividades desenvolvidas anteriormente pelo aposentado, que lhe garantiram o direito à seguridade da previdência. Isso porque o aposentado é considerado como um sujeito que não tem mais capacidade de contribuir para sociedade, pois não trabalha e não produz como antes. Este tipo de posicionamento comprova a falta de um papel social,

pois o trabalhador torna-se um inativo e sem representatividade. Todavia, reconhece-se que não é só isso.

A pessoa idosa também sofre com a perda ou diminuição de sua função social no seio familiar. Em determinadas situações, filhos e netos ignoram sua trajetória e as atividades desempenhadas por ele por toda uma vida, como chefes, responsáveis e mantenedores da família. Há também, em muitos casos, a dependência financeira, muitos familiares e parentes desvalorizam toda a contribuição dos idosos, esquecendo que foram educados por eles.

Indubitavelmente, cabe à sociedade, como primeiro dever, reconhecê-los como seres humanos dignos de todo o respeito e gratidão. Assim o idoso, deve persistir buscando o respeito e prosseguir gozando de todos os direitos que conquistou ao longo e sua existência.

4.2 O idoso e a legislação atual

Imagina-se que se houve uma necessidade de criar dispositivos legais para proteger o idoso, esse fato aconteceu porque eles não eram respeitados, não poderiam ser cobrados os seus direitos porque não eram devidamente especificados. Assim, quanto às leis que os protegem, também, se reconhece que houve uma longa caminhada de lutas para alcançarem as conquistas que se tem hoje de fato.

A primeira proteção social ao idoso no Brasil foi a aposentadoria, que se desenvolveu através da Lei Eloy Chaves, no ano de 1923, sendo este instrumento legal que determinou a criação das Caixas de Aposentadorias e Pensões (CAPs) nas empresas ferroviárias. Em 1926, expandiram-se os benefícios da referida Lei aos portuários e marítimos, dois segmentos de fundamental importância para a economia brasileira da época (SILVA, 2009).

Embora essa medida de proteção social tenha ocorrido há muito tempo e, apesar das inúmeras ferramentas legais com o mesmo fim, ainda hoje existe um fosso que separa o cidadão de seus direitos, seja pela inexistência, seja pela falta de aplicabilidade, seja pelo desconhecimento dos supostos beneficiários.

De acordo com Silva (2009, p.26):

[...] surge a Política Nacional do Idoso - PNI em 04 de janeiro de 1994, através da Lei nº 8.842, que tem por objetivo, nos termos de seu Art. 1º “assegurar os

direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade”. A Lei 8.842 foi a primeira em que a legislação específica no que tange à questão do idoso no Brasil, para efeito de legalização de direitos que constam nas políticas de atenção as pessoas idosas que obtiverem idade superior a sessenta anos. Vale salientar que somente é reconhecido pelo Estado o envelhecimento cronológico dos indivíduos, cabendo a estes seus direitos a partir de certa idade, ignorando os outros aspectos do envelhecimento.

A política do idoso surge com o intuito de corrigir injustiças sociais absurdas e assegurar os direitos sociais do idoso, proporcionando o renascer de sua autonomia, integração no seu meio e participação efetiva na sociedade.

A partir da Política Nacional do Idoso, outros mecanismos legais ou normativos, vêm sendo divulgados e referendados no país. Dentre esses, pode-se considerar como o mais significativo e que assumiu papel fundamental o Estatuto do Idoso - Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003 (SILVA, 2009).

Essa lei estabeleceu normas para os direitos sociais da pessoa idosa, ao garantir autonomia, integração e participação efetiva como instrumento de cidadania. Reivindicada pela sociedade, a PNI é resultado de inúmeras discussões e consultas ocorridas nos estados, a partir da sociedade civil organizada, com a participação dos próprios idosos, esses elaboraram um documento que se transformou no texto base dessa política. Assim, cabe à sociedade mobilizar-se para buscar o devido respeito à pessoa idosa, exigindo do poder público a execução da Política Nacional do Idoso na sua totalidade, executando-a como assim foi estabelecida. Entretanto, a PNI ainda não tem a aplicabilidade desejada, pelo próprio idoso, muito embora tenha como objetivo principal criar condições para promover a longevidade deles.

Sua falta pode originar preconceitos, violências, abandono da família, pois é sabido que, em alguns casos, a família também pode encontrar-se em estado de pobreza e vulnerabilidade social, podendo gerar outros impactos sociais, inclusive por se acharem distantes da política financeira, da Previdência Social e de outros aspectos, como a moradia, nutrição, educação e saúde.

Outro dispositivo legal é o Estatuto do Idoso, sobretudo por trazer em seu bojo o *princípio da proteção integral*. O Estatuto visa assegurar à pessoa idosa todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento intelectual, moral, espiritual e social, em condições de liberdade, dignidade e felicidade.

O Estatuto do Idoso é considerado como um grande avanço, porém, ainda existe muito preconceito, além da sua falta de implementação, uma vez que aqueles que deveriam ser beneficiados por este ainda são desrespeitados, por não conhecerem seus direitos. Esse instrumento legal representa a garantia de direitos inerentes à pessoa humana. Deve promover a integração, a autonomia e a participação ativa dos idosos na sociedade e no processo saúde-doença.

O Art. 3º, do Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741 (BRASIL, 2003, p.03-04) afirma:

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. Parágrafo único. A garantia de prioridade compreende: I – atendimento preferencial imediato e individualizado junto aos órgãos públicos e privados prestadores de serviços à população; II – preferência na formulação e na execução de políticas sociais públicas específicas; III – destinação privilegiada de recursos públicos nas áreas relacionadas com a proteção ao idoso; IV – viabilização de formas alternativas de participação, ocupação e convívio do idoso com as demais gerações; V – priorização do atendimento do idoso por sua própria família, em detrimento do atendimento asilar, exceto dos que não a possuam ou careçam de condições de manutenção da própria sobrevivência [...].

Este instrumento prima pela obrigatoriedade da comunidade, da sociedade e do poder público, no que refere à efetivação dos direitos à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à liberdade, à dignidade, em convívio familiar.

Entretanto, não basta existir a lei, sua aplicabilidade precisa acontecer. Por isso, é possível enxergar o estágio de vulnerabilidade social vivenciado pelos idosos, ao terem os seus direitos negados, suprimidos, não executados, além dos maus tratos, inclusive por parte do próprio poder público que não os vê como cidadãos em condição especial, desconhecendo a sua condição cidadã.

Acredita-se que a Legislação existente de proteção do idoso representa uma mudança de paradigma, já que amplia o sistema protetivo desta camada da sociedade, caracterizando expressiva ação positiva em favor da efetivação da igualdade material. Desse modo, faz-se necessário conscientizar a população, no sentido de respeitar os direitos, a dignidade e a sabedoria de vida desta camada tão vulnerável e, até bem pouco tempo, desprezada da sociedade.

A questão crescente de pessoas idosas na sociedade e as transformações na oferta de cuidados do âmbito familiar continuam impondo o desafio de incorporar essa questão social - o envelhecimento – em constante crescimento, necessitando de

políticas públicas que ofereçam ações, no sentido do cuidado da saúde, moradia, segurança, alimentação, enfim dignidade para esse contingente populacional.

Segundo Lopes e Lemos (2012, *apud* CARLOS, 2016), a Assembleia Geral das Nações Unidas, em 1º outubro de 2008, promulgou o Dia Internacional da Pessoa Idosa. Este foi um momento histórico importante, na medida em que apresentou o primeiro consenso global sobre a necessidade de trazer a questão do envelhecimento demográfico para o fórum de discussão sobre um conjunto de direitos para a pessoa idosa na sociedade contemporânea, desde os direitos humanos às questões sociais e econômicas.

Nota-se que, a velhice, terceira idade ou qualquer outro termo concernente ao idoso vem suscitando a atenção em nível mundial, por tornar-se uma preocupação de alto nível e despertar a atenção da sociedade.

Todos os dias veiculam-se, nos meios de comunicação, diferentes tipos de violação contra o idoso, com repercussões amplas, mas não solucionados, ou seja, por vergonha, coerção ou desconhecimento, eles são molestados, violentados sem que muito pouco ou nada seja feito para coibir esses tipos de delitos.

Por todas as razões apresentadas, devem ser mantidas nas agendas governamentais as medidas e a tomada de posição para a criação e execução de políticas públicas e programas sociais, com o objetivo exclusivo de fazer valer os dispositivos legais, ao promover o bem-estar físico, social e mental, como condição de preservação da dignidade da pessoa idosa, cidadã e ser humano.

Ao pensar na cidadania do idoso e no fenômeno que é o envelhecimento humano, nota-se que ainda é um tema desconhecido ou pouco explorado, uma problemática que retrata um lado sombrio de uma realidade social, pela falta de investimento na atenção básica à saúde dessas pessoas, deixando a desejar no Brasil, e exigindo mais atenção para novos avanços.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nota-se que os idosos precisam da possibilidade de uma educação que permita que tenham conhecimento do que lhes é imposto pela sociedade, para que possam lutar pelos seus direitos e contestar o que está errado, enquanto verdadeiros atores sociais que eles são, mobilizando-se em prol de uma sociedade justa e igualitária para toda população, em especial a idosa.

O processo do envelhecimento no Brasil vem acontecendo de maneira rápida e desacompanhada de um crescimento econômico e social para todas as classes sociais, ocasionando demandas na área da saúde, educação, lazer, acessibilidade, previdência, assistência social e outras necessidades (afetivas, psicológicas etc.). Essas demandas têm se traduzido no desenvolvimento de respostas por meio de ações via políticas sociais. Neste sentido, houve uma ampliação da esfera de direitos dos idosos.

A animação cultural define-se, de uma forma geral, na maneira de atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida de uma determinada comunidade.

No que se refere à animação especificamente de idosos, essa se define como um estímulo da vida mental, física e afetiva dessas pessoas. A animação incentiva-as a empreender certas atividades que contribuem para o seu desenvolvimento, dando-lhes o sentimento de pertencer a uma sociedade, em cuja evolução eles podem continuar contribuindo. Contrariando a ideia de que os idosos não servem para nada, que não interessam à família, muito menos à sociedade, esses sujeitos muito têm a contribuir com o crescimento da sociedade.

Através da animação, a pessoa idosa pode enquadrar-se num programa por meio do qual se realizam várias atividades recreativas, culturais e desportivas, permitindo um estímulo constante às suas capacidades cognitivas e físicas, desde uma atividade muito simples até outras mais elaboradas, de acordo com a necessidade de cada idoso.

Vale lembrar, por exemplo, o fato de alguns idosos gostarem muito de conversar e que a atividade preferida é a contação de histórias antigas, as adivinhas, as anedotas, as receitas culinárias de antigamente e outros que gostam de jardinagem, dos passeios para a praia, para o campo, da pintura, entre tantas outras atividades.

No propósito de contribuir para que os idosos analisem suas demandas, suas possibilidades e condições de enfrentamento e superação das questões que os vulnerabilizam, é preciso que o profissional se reconheça como organizador político que, inserido no mundo da produção, é capaz de ultrapassar a função técnica e a sua prática imediata, desenvolvendo uma ação política articulando as dimensões técnica, ético-política, teórica, pedagógica e intelectual da profissão, para melhor atender essa parcela da população.

Por meio deste trabalho, podem-se identificar as atividades lúdicas e mostrar os benefícios que elas podem trazer para o processo de habilidades dos idosos.

Desse modo, esse trabalho também possibilitou a ampliação do conhecimento sobre a temática permitindo assim conhecer-se um pouco mais sobre a importância da ludicidade para a terceira idade, e fazendo-se entender acerca da velhice e do processo de envelhecimento, do autocuidado e da qualidade de vida.

A ludicidade visa ensinar brincando, não devendo ser vista somente como diversão, todavia, como algo importante para o processo de aprendizagem invocando assim, a liberdade e espontaneidade nas ações. A atividade lúdica permite ao idoso trabalhar sua criatividade, autoconfiança, curiosidade, autonomia, ajustada à linguagem do pensamento e da concentração, de acordo com as situações apresentadas em alguns jogos e brincadeiras, gerando novos conhecimentos.

Na terceira idade, torna-se essencial as atividades lúdicas, pois ajudam na melhoria da qualidade de vida, fazendo diminuir a possibilidade de acometimento de doenças cardiovasculares, pulmonares e psicológicas. O autocuidado para o idoso é semelhante à melhoria das condições de vida, é administrar-se, podendo assim contribuir para a dignidade humana do idoso desse modo, ele possa buscar apoio social e cuidar-se, pois o autocuidado não está somente voltado para as atitudes ligadas à saúde do indivíduo e sim como uma alerta relacionada aos valores, aos princípios, à situação socioeconômica, cultural e ao comprometimento familiar.

A atividade lúdica para o idoso deve valorizar os seus saberes e, uma vez aliada ao lúdico, torna o ato de aprender, de brincar, de se socializar mais criativo, prazeroso e integrador criando redes de conexões com os grupos sociais.

Vale ressaltar que existem diversas atividades lúdicas para os idosos, como o dominó, baralhos, jogo da memória e outros.

Nesse sentido, a função de quem atende essa faixa etária deve ser de auxiliar na autoestima, no crescimento pessoal, na relação positiva com o mundo, na construção de novos propósitos de vida e na manutenção, enquanto for possível, de autonomia e do domínio do ambiente. É relevante enfatizar que, por meio dessa perspectiva, existem, várias tentativas de mudanças em instituições que visam transcender as dificuldades e aceitar os desafios lúdicos para a terceira idade.

Todos devem saber que a ludicidade é uma importante arma contra o sedentarismo, pois, sabe-se que felizardo é o sujeito que atinge uma idade mais avançada, em condições de envelhecer de maneira saudável, harmoniosa, com serenidade e no seio da família e da sociedade.

REFERÊNCIAS

ALVES, Fernando Donizete. O lúdico e a educação escolarizada da criança. *In*: OLIVEIRA, Maria Lúcia, Org. **(Im)pertinências da educação: o trabalho educativo em pesquisa** [online]. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009. 193 p. 45-72.

BEZERRA, Thiago; GOMES, Josely. **O lúdico e as atividades de educação em saúde bucal: um estudo de caso na unidade de saúde da família do km 06- Natal/ RN**, 2010. Disponível em: <<http://connepi.ifal.edu.br/ocs/index.php/connepi/CONNEPI2010/paper/viewFile/309/220>>. Acesso em: 29. dez. 2016.

BISPO, Joana Nély Marques. **A ludicidade como motivação na aprendizagem**. 33 f. Monografia Curso de Graduação em Licenciatura Plena em Pedagogia. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. São Gonçalo, 2009.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**, Lei N°10.741, 01 de outubro de 2003. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/2003/L10.741.htm> Acesso em: 26. dez. 2016.

_____. Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística. **Primeiros resultados definitivos do Censo 2010**. Disponível em: <<http://censo2010.ibge.gov.br/noticiascenso?view=noticia&id=3&idnoticia=1866&busca=1&t=primeiros-resultados-definitivos-censo-2010-populacaobrasil-190-755-799-pessoas>>. Acesso em: 30. dez. 2016.

_____. Secretaria Nacional de Promoção e Defesa Direitos Humanos. Coordenação Geral dos Direitos do Idoso. **Dados sobre o envelhecimento no Brasil**. Disponível em: <https://www.google.com.br/?gws_rd=ssl#q=a+sa%C3%BAde+da+popula%C3%A7%C3%A3o+idoso+no+brasil+2012>. Acesso em: 30. dez. 2017

CAETANO, Ricardo Jorge Bastos. **Identificação e análise das práticas lúdicas e recreativas em idosos jogos, brinquedos e brincadeiras dos nossos avôs: um estudo do género**. 77 f. Universidade de Coimbra-Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Coimbra, 2004.

CAILLOIS, Roger. **Los juegos y los hombres: la máscara y el vertigo**. México: Fondo de Cultura económica, 1986.

CARLOS, Catarina Susana Nascimento. **Animação sociocultural em sares de idosos do Conselho da Guarda**. Instituto Politécnico de Castelo Branco, Escola Superior de educação, 2016.

CÍCERO, M. T. **Saber envelhecer: a amizade**. Editora L&PM. Porto Alegre: 2007.

FERNANDES, Ana Paula Sabchuk. OLIVEIRA, Rita de Cássia. CANANI, Cintia Aparecida. A ludicidade e a participação social do idoso. **X congresso Nacional de Educação-EDUCERE**. Universidade Católica do Paraná, Curitiba, 7 a 10 de novembro de 2011.

FERREIRA, Olívia Galvão Lucena *et. al.* Significados atribuídos ao envelhecimento: idoso, velho e idoso ativo. **Psico-USF**, v. 15, n. 3, p. 357-364, set./dez. 2010.

FORTUNA, T. R. Sala de aula é lugar de brincar? *In*: XAVIER, M. L. M. e DALLA ZEN, M. I. H. (Org.) **Planejamento em destaque**: análises menos convencionais. Porto Alegre: Mediação, 2000.

FREITAS, Eliana Sermidi de; SALVI, Rosana Figueiredo. **A ludicidade e a aprendizagem significativa voltada para o ensino de geografia**. 2007. Disponível em: <<http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/89-4.pdf>>. Acesso em: 23. dez. 2016.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

HERVY, B. L'animation sociale auprès des personnes âgées. *In*: **Gérontologie et Société**, nº 96, Paris, 2001.

IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios**: dados sobre a população do Brasil. 2012. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/trabalhoerendimento/pnad2012/default_brasil.shtm>. Acesso em: 22. dez. 2016.

JACOB, Luís. Animação de idosos. **Cadernos Socialgest**, n. 4, 2007. (Manual de Animação de idosos).

_____. **Animação de Idosos**. Porto: Âmbar, 2007.

KUZNIER, Tatiane Prette. **O significado do envelhecimento e do cuidado para o idoso hospitalizado e as possibilidades do cuidado de si**. 144 f. Dissertação (Curso de Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2007.

LUCKESI, Cipriano Carlos. **Avaliação da aprendizagem escolar**. São Paulo: Cortez, 1997.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 7.ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MELO, Victor Andrade de; ALVES JUNIOR, Edmundo de Drummond. **Introdução ao lazer**. Barueri, SP: Manole, 2003.

MENDES, Márcia R.S.S. Barbosa, et al. A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. *In*: **Acta Paul Enferm**. 2005;18(4):422-6

MESSY, Jack. **A pessoa idosa não existe**. (Trad. JSM. Werneck). São Paulo: Aleph, 1999.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. O desafio da pesquisa social. *In*: DESLANDES, Ferreira. GOMES, Romeu. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 32. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

NEGRINE, Airton. O Lúdico no Contexto da Vida Humana: da primeira infância à terceira idade. *In* SANTOS, Santa Marli Pires dos. (Org.). **Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

OLIVEIRA, Cecília Souza *et al.* Oficina de educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a terceira idade. **Rev. Ciênc. Ext.** São Paulo, v.8, n.1, p.8-17, 2012.

OLIVEIRA, R. C. S. **Terceira Idade: do repensar dos limites aos sonhos possíveis**. Campinas: Papyrus, 1999.

_____. Velhice: teorias, conceitos e preconceitos. **A terceira idade**, São Paulo, v.12, n. 25, p. 37-52, ago. 2002.

PAPALÉO NETTO, Matheus. O estudo da velhice no séc. XX: histórico, definição do campo e termos básicos. *In*: Freitas E. *et al.* (Orgs.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002. p. 2-12.

PERON, Ana Paula. **Jogos cooperativos na terceira idade**. 63 f. (Monografia de Pós-Graduação) UNIMONTE, Centro Universitário Monte Serrat, Santos, 2002.

RODRIGUES, Lizete de Souza. **A política nacional do idoso: o caso de vitória (1994-2004)**. 2004. 178 f. Dissertação (Mestrado em História). Programa de Pós-Graduação em História Social das Relações Políticas do Centro de Ciências Humanas e Naturais da Universidade Federal do Espírito Santo.

ROSENBERG, R. Envelhecimento e Morte. *In*: KOVÁCS, M. J. (Ed.) **Morte e Desenvolvimento Humano**, São Paulo, Casa do Psicólogo, 1992.

SANTOS, Silvana Sidney Costa. Concepções teórico-filosóficas sobre envelhecimento, velhice, idoso e enfermagem gerontogeriatrica. **Revista Brasileira de Enfermagem REBEn**. Brasília, 2010 nov-dez; nov-dez; 63(6): 1035-9.

SILVA, Vanessa. **Velhice e envelhecimento: qualidade de vida para os idosos inseridos nos projetos do SESC-estrito**. 71 f. (TCC de conclusão do curso de serviço social) Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2009.

SIQUEIRA, Rosemary Rigonatti. **O lúdico no cotidiano da sala de aula no ensino da química**. Faculdade de Filosofia Ciências e letras de Jacarezinho. Participante do Programa de Desenvolvimento Educacional - PDE- SEED- PR, Paraná, 2010.

SOUSA, Marcio Pereira de. **O lúdico na Terceira idade**. 61 f. (Monografia de especialização em Psicomotricidade). Universidade Candido Mendes, 2005.

The WHOQOL Group. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *In: Soc Sci Med* 1995; 41:1403-1410.

UCHOA, Elizabete. *et al.* Envelhecimento e saúde: experiência e construção cultural. *In: MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). Antropologia, saúde e envelhecimento.* /Org. por Maria Cecília de Souza Minayo e Carlos E. A. Coimbra Jr. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2002, p. 25-35.

VERAS, Renato. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *In: Rev Saúde Pública*, 2009; 43(3): 548-54.

WEYNE, V. O que você vai ser quando envelhecer? **Psicologia Atual**, n. 35, p.34-35, 1983.