

Curso Técnico@ Auxiliar de Saúde Geriatria

ANIMAÇÃO EM INSTITUIÇÕES DE SAÚDE



Apresentação

1. Qual o seu nome?
2. Idade?
3. De onde é?
4. Se fosse uma fruta qual seria? Porquê?
5. De que cor você se sente?
6. Se fosse uma flor qual escolheria? Porquê?
7. Primavera, verão, outono e Inverno, com qual se identifica mais?
8. Se fosse um animal qual seria? Porquê?
9. Que estilo de música escolhe para se definir?
10. Se criasse um slogan para a sua vida, qual seria? (p.e: vamos viver porque a vida são dois dias)

Objetivos

- Reconhecer a importância das atividades de ocupação / animação da pessoa idosa.



Conteúdos

1 – Terapia ocupacional

- Objetivos
- Planificação
- Avaliação

2 - Técnicas de ocupação

2.1 - Rotinas diárias

- higiene
- culinária
- costura
- jardinagem

Conteúdos

2.2 – Projetos hospitalares

- Operação Nariz Vermelho
- Outras iniciativas

2.3 - Atividades manuais

- pintura
- colagem
- desenho
- tecelagem
- picotagem

Conteúdos

2.4 - Atividades recreativas



- passeios
- festas
- jogos

2.5 - Atividades físicas


- ginástica e jogos

Terapia Ocupacional






Um dos objetivos é proporcionar um máximo de autonomia e independência nas atividades diárias de um sujeito, para tal há necessidade de trabalhar com reabilitação, mas mais importante acima de tudo é trabalhar a prevenção



A Terapia Ocupacional é uma área da saúde voltada para a prevenção e tratamento de indivíduos portadores de alterações cognitivas, afetivas, perceptivas e psicomotoras. Estas alterações podem ser fruto de alterações genéticas, traumáticos e/ou doenças adquiridas.



Objetivos subjacentes a quase todas as atividades:

- Promover a inovação e novas descobertas;
- Valorizar a formação ao longo da vida;
- Proporcionar uma vida mais harmoniosa, atrativa e dinâmica com a participação e envolvimento do idoso;
- Incrementar a ocupação adequada do tempo livre para evitar que o tempo de ócio seja alienante, passivo e despersonalizado;
- Rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso.
- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua autoestima e autoconfiança.

Perdas físicas

Alguns fatores associados ao envelhecimento são:

- fragilidade óssea;
- perda elasticidade do tecido conjuntivo;
- diminuição da força muscular;
- entre outros;



Perdas cognitivas

Diminuição de atenção, memória, concentração e outras são comuns no processo de envelhecimento e limitam muitas vezes as atividades de vida diária. As atividades ocupacionais têm aqui também um papel muito importante.

Perdas Sociais

Associado ao envelhecimento, para além das próprias perdas, estão associadas outras perdas e/ou outros fatores (reforma, p.e.) que levam muitas vezes a instabilidade e causam afastamento social.

Aspetos a ter em conta

- Respeitar o indivíduo como ser único e não generalizar;
- Não infantilizar;
- Respeitar crenças, gostos e interesses;
- Respeitar o tempo do outro, cada um de nós tem o seu tempo;
- Não os tratar como doentes e incapazes;
- Trabalhar as suas perdas e ganhos;
- Entre outros aspetos, dependendo do idoso ou grupo.

**Lúdico-
recreativas**

As atividades lúdicas/recreativas são atividades de entretenimento, que potenciam a aprendizagem, a criatividade e contribuem para a estimulação multissensorial e intelectual do idoso, num meio descontraído e prazeroso, satisfazendo as necessidades físicas e psicossociais dos mesmos.

Exemplo: Passeios, Jogos de Grupo, entre outros.

Sociais

**Atividades de promoção de convívio, lazer e de socialização.
Exemplo: Participar em festejos, entre outras.**

Culturais

Atividades que visam proporcionar ao indivíduo acesso a bens e serviços culturais, também com o intuito de promover a participação social.

Exemplo: Visita a museus, idas ao teatro e cinema, entre outros.

**Intelectuais
e/ou
formativas**

Atividades com principal atuação a nível de estimulação cognitiva.

Atividades que poderão acompanhar a educação ao longo da vida.

Exemplo: Alfabetização; Jogos de estimulação cognitiva, entre outros.

Desportivas

Atividades de caracter desportivo que visam essencialmente a promoção de autonomia e bem-estar através da prática de exercícios físicos.

Exemplo: Caminhadas, Hidroginástica, Atividade física, entre outras.

Espirituais e/ou religiosas

Atividades que visam o bem-estar espiritual e religioso.

Exemplo: Ir à missa, terço, YOGA, Meditação, entre outros.


Avaliação

A avaliação pré e pós atividades ocupacionais é muito importante para verificar a eficácia e eficiência das mesmas.



Equipa Multidisciplinar

No final deverá também haver uma avaliação das atividades para avaliar o impacto, os ganhos e as perdas associados. Muitas vezes associada à avaliação existe o suporte científico através da aplicação de testes e escalas de avaliação, como por exemplo, Mini-mental, Índice de Barthel, Escala de depressão Geriátrica, e outras. A avaliação passa pelo estado biológico, psicológico, social e também ambiente físico.





Técnicas de ocupação

Rotinas diárias

As rotinas diárias permitem ao idoso a manutenção do desempenho de tarefas que sempre desempenhou ao longo da vida. Constituem um forte potenciador de autonomia, mas também são em atividades, como a higiene, que se vê retirada a autonomia do utente em primeiro lugar.

Higiene

- Incentivar a pessoa idosa a realizar o máximo de atividades possíveis autonomamente;
- Prevenção/sensibilização;
- Adequação do espaço destinado à higiene pessoas, através de ajudas técnicas por exemplo.

Culinária

- Confeccionar bolachas, bolos, etc;
- Elaborar um livro de receitas;
- Entre outras.



Costura

Forte potenciador das capacidades cognitivas como memória, atenção e concentração.
Aumenta a autoestima pelo efeito de conseguir elaborar algo pelas suas próprias mãos, assim como é uma excelente ferramenta para estimular a criatividade.



Jardinagem

A jardinagem é uma atividade ocupacional muito importante no combate ao isolamento social/institucional, assim como a evitar doenças como depressão. É ainda um bom aliado à estimulação motora, pois, tratar de um jardim por exemplo, “obriga” a que exista movimento tanto a nível de membros superiores como de membros inferiores.

Permite um contato positivo com a natureza, para além do ato de cuidar de algo, a satisfação de ver o seu trabalho a brotar, por exemplo.



Projetos hospitales

Operação Nariz Vermelho

- IPSS
- Missão: “levar alegria à criança hospitalizada, aos seus familiares e profissionais de saúde, através da arte e imagem do Doutor Palhaço, de forma regular e com uma equipa de profissionais com formação específica”.



Operação Nariz Vermelho

- 26 equipas de doutores
- 14 profissionais na retaguarda
 - 15 hospitais



Make a Wish

- Presente em cerca de 50 países do mundo inteiro;
- Realizar desejos de crianças e jovens, entre os 3 e os 18 anos;
- Sofreram de doenças graves, degenerativas ou malignas;
- A intenção é proporcionar-lhes um momento de força, alegria e esperança
- Em Portugal, nos últimos 10 anos, já foram realizados mais de 1000 desejos.





FUNDAÇÃO INFANTIL
RONALD McDONALDTM

Fundação Vítor Baía

A Fundação Vítor Baía foi criada em Junho de 2004 tendo como princípio de intervenção e objetivo primordial o apoio ao desenvolvimento social, económico, cultural, educativo, desportivo e artístico dos mais necessitados nas diversas áreas, sendo a sua principal preocupação as crianças e adolescentes.



Atividades Manuais

Atividades Manuais

Pintura

Colagem

Desenho

Tecelagem

Picotagem



Atividades Recreativas

Passeios

Festas

Jogos



Atividades Físicas

Ginástica

Jogo





Referências Bibliográficas

- Almeida, Ana (2017). A Terapia Ocupacional e o processo de envelhecimento. In <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/terapia-ocupacional-e-o-processo-de-envelhecimento/>
- Arte na Terceira Idade in <https://projedorodarte.art.br/o-projeto/arte-na-terceira-idade/>
- Carvalho, Natércia (2016). A importância da realização de atividades no processo do envelhecimento ativo de idosos Institucionalizados; Dissertação para a obtenção do grau Mestre. Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Católica de Braga.
- Fundação Vítor Baía in www.fundacaovitorbaia.com
- Fundação Ronald McDonald in <http://www.fundacaoronaldmcdonald.com>
- Guedes, Maria; Guedes, Helisamara; e Almeida, Martha (2011). Efeito da prática de trabalhos manuais sobre a autoimagem de idosos. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2011; 14(4):731-742
- Hervy, B. (2001), L'animation sociale auprès des personnes âgées in *Gérontologie et Société*, n° 96, Paris.
- Jacob, L. (2007), Animação de Idosos - actividades, 2ª Edição, Ambar, Porto.
- Mendonça, Márcia (2015). A Terapia Ocupacional em Gerontologia. Brasil.
- Operação Nariz Vermelho in www.narizvermelho.pt
- Ribeiro, Camila (2017). Terapia Ocupacional: o que é e quais os benefícios para os idosos. in <https://idosos.com.br/terapia-ocupacional-para-idosos/>
- Romão, Raquel (2013). A importância do Lazer na promoção do Envelhecimento Bem-Sucedido - Dissertação com vista à obtenção do grau de mestre em Gerontologia Social, Escola Superior de Educação e Comunicação, Universidade do Algarve.