

## **A IMPORTÂNCIA DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA NA TERCEIRA IDADE**

### **THE IMPORTANCE OF THE PEACE CENTER IN IMPROVING THE QUALITY OF LIFE OF PEOPLE IN THE THIRD AGE**

DORNELLAS, M.; GIELFE, S.

Arquitetura e Urbanismo – Centro Universitário das Faculdades Integradas de Ourinhos-  
Unifio/FEMM

#### **RESUMO**

Muitas vezes as pessoas com parentes na terceira idade, por vezes, sem alternativa devido as poucas opções de serviços que prestam assistência ao idoso, tornam-se cuidadores, mesmo não tendo nenhum conhecimento ou aptidão, acabam se sobrecarregando das demandas diárias, alterando seu estilo de vida e deixam de realizar as atividades cotidianas e de lazer. Com isso, os Centros de Convivência atualmente auxiliam nos cuidados, daqueles inexperientes, consequentemente proporcionando qualidade de vida em ambas as partes.

**Palavras-chave:** Terceira Idade; Qualidade de Vida; Lazer.

#### **ABSTRACT**

Often people with elderly relatives, sometimes without an alternative due to the few service options that provide assistance to the elderly, become caregivers, even without any knowledge or aptitude, end up overloading themselves with daily demands, changing their style of life and do not carry out daily and leisure activities. With this, the Community Centers currently help in the care of those inexperienced, consequently providing quality of life on both sides.

**Keywords:** Third Age; Quality of Life; Leisure.

#### **INTRODUÇÃO**

A terceira idade é conhecida como a fase de dificuldades, idosos enfrentam problemas físicos, sociais e mentais. Seu aumento como população é uma realidade mundial e está cada vez mais presente em todas as sociedades. Com a expectativa de vida crescendo, cada vez mais pesquisas estão sendo feitas a fim de proporcionar melhor qualidade de vida aos idosos. O que antes era uma vida repleta de solidão e abandono, hoje em dia vem se tornando algo feliz e ativo.

No Brasil, segundo Cachioni (1999), com o gradativo aumento da população idosa, começaram a surgir programas educacionais voltados principalmente ao lazer, com o intuito de atender as necessidades dessa população levando em conta sua característica. A primeira experiência brasileira de educação para adultos maduros e idosos foi implementada pelo Serviço Social do Comércio (SESC). Os Grupos de Convivência surgiram na década de 1960, com programação elaborada com base em programas de lazer. Eram assistencialistas, pois não ofereciam instrumentos necessários para os sujeitos recuperarem a autonomia desejada. A

partir da década de 1980, as universidades começaram a abrir espaço educacional para a população idosa e profissionais interessados no estudo das questões do envelhecimento, predominando a oferta de programas de ensino, saúde e lazer (CACHIONI, 1999).

O Centro de Convivência é um local destinado tanto para idosos quanto sua família, tem o objetivo de desenvolver atividades para proporcionar o envelhecimento ativo, assim aumentando a qualidade de vida e a incorporação do idoso na sociedade. A instituição pode ser inserida em edificações já existentes, com tanto que atenda as Normas de Acessibilidade.

O local pode ser mantido por Organizações Governamentais – OG's ou Organizações não Governamentais – ONG's, mas também devem ser estabelecidos projetos de autossustentação. Ao serem implantadas nos centros das cidades as inúmeras atividades disponíveis no local é um estímulo para o envolvimento das comunidades de modo a destacar o idoso como parte da sociedade.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

Para a elaboração da presente pesquisa foram realizados estudos baseados em artigos e sites que abordam o tema relacionado ao bem estar das pessoas de terceira idade, tendo como principal abordagem a vida dos cuidadores antes e após a entrada do idoso no Centro de Convivência, demonstrando como os centros mudam não só a vida dos idosos, mas como de todas as gerações envolvidas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Segundo o estudo feito por Derhun et al. (2018) o fato de o idoso estar inserido em um serviço de atendimento diurno diminuiu a sobrecarga e gerou maior disponibilidade de tempo aos cuidadores. Para os familiares aposentados, especialmente os cônjuges, a participação do idoso no centro de convivência proporcionou e/ou aumentou o tempo de descanso.

O idoso antes de participar de um Centro de Convivência permanecia junto ao seu ente 24h por causa de suas necessidades e isso acabava dificultando o cuidador a manter uma ocupação, após sua inserção no programa os membros da família em idade produtiva iniciaram ou continuaram a exercer uma atividade laboral remunerada.

Os familiares conseguiram exercer um maior controle sobre a própria vida se dedicando às questões domésticas, de saúde e financeiras. Também as suas necessidades pessoais ao realizar atividades sociais, intelectuais e de lazer. Notou-se que diminuíram a sobrecarga e conseqüentemente o estresse, influenciando positivamente as relações entre os familiares e o idoso.

Quando o idoso ingressa nesse tipo de serviço, o apoio oferecido pelos centros de convivências diurnos motiva os cuidadores familiares a continuar a prestação de cuidados em domicílio, devido a consciência destes em relação ao compartilhamento das responsabilidades e a melhora do estado de saúde e qualidade de vida dos idosos.

### CONCLUSÃO

Os centros de convivência atualmente cumprem um papel muito importante no processo de envelhecimento saudável, tanto da terceira idade como o desenvolvimento social e profissional de seus cuidadores. Com o estudo das repercussões na vida das famílias envolvidas nas participações em um centro de convivência para terceira idade, nota-se como foi proporcionado aos cuidadores familiares a disponibilidade de tempo para o cuidado próprio e crescimento profissional, influenciando positivamente nas relações familiares.

### REFERÊNCIAS

CACHIONI, M. **Universidades da Terceira Idade: das origens à experiência brasileira**. In: NERI, A.; DEBERT, G. (Org.) Velhice e sociedade. Campinas: Papyrus, 1999, p. 141-178.

DERHUN, Flávia Maria et al. **O centro de convivência para idosos e sua importância no suporte à família e à Rede de Atenção à Saúde**. Escola Anna Nery [online]. 2019, v. 23, n. 02. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2018-0156>>.