

# IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024

Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"



## A IMPORTÂNCIA DE ATIVIDADES LÚDICAS NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Jéssica Stefany de Siqueira Oliveira<sup>1</sup>, Maria de Fátima Esmeraldo  
Ramos Figueiredo<sup>2</sup>

**Resumo:** Considerando a atual situação mundial em que há o aumento da expectativa de vida, tendo por consequência um número gradativo de idosos na sociedade, cabe a preparação de ambientes de adaptação para esse público, visando proporcionar melhor qualidade de vida. Diante deste cenário, as atividades lúdicas são uma alternativa de trabalhar a plasticidade cognitiva e auxiliar em aspectos psicossociais. Desse modo, objetiva-se relatar a experiência acadêmica da realização de atividades lúdicas voltadas a pessoas da terceira idade. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado pela bolsista do Grupo de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade, no período de abril a outubro de 2024, na Universidade Regional do Cariri. O grupo conta com cerca de 10 idosas, as quais se direcionam a universidade todas as quartas-feiras para participar de diversas ações, dentre elas, atividades lúdicas (caça palavras, jogos de adivinhação, Lego terapia e jogos da memória), as quais contribuem para a preservação cerebral, gerando estímulos neuronais, auxiliando em aspectos emocionais e recreação, trazendo uma dinamicidade no modo de aprender e favorecendo a prevenção de doenças mentais que assolam as pessoas, principalmente acima dos 65 anos, como é o caso das demências. Pode-se observar na aplicação dos jogos, que houve um aumento da interação e participação ativa das integrantes, as quais trabalharam através dos jogos, funções neuronais e motoras. Vale salientar que é primordial respeitar as necessidades e limitações de cada indivíduo nas finalizações de cada jogo. É evidente, portanto, que estratégias de atividades lúdicas, trazendo o aprendizado de forma recreação é uma abordagem mais interativa que permite a autonomia das participantes. Além disso, foi observada a satisfação por parte delas sendo demonstrado na assiduidade dos encontros seguintes.

**Palavras-chave:** Saúde do idoso. Educação. Saúde mental.

---

<sup>1</sup> Jéssica Stefany de Siqueira Oliveira, graduanda de Enfermagem, Bolsista Grupo de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade Universidade Regional do Cariri, email: [jessica.siqueira@urca.br](mailto:jessica.siqueira@urca.br)

<sup>2</sup> Maria de Fátima Esmeraldo Ramos Figueiredo, Mestre em Ciências da Saúde, Coordenadora do Projeto de Extensão Universidade Aberta à Terceira Idade Universidade Regional do Cariri, email: [fatima.figueiredo@urca](mailto:fatima.figueiredo@urca)