

Lazer virtual e a pessoa idosa na pandemia da COVID-19 no contexto da atenção primária à saúde: *criatividades* interventivas

Virtual leisure and the elderly in the COVID-19 pandemic in the context of primary health care: interventional *creativity*

Entretenimiento virtual y personas mayores en la pandemia COVID-19 en el contexto de la atención primaria de salud: *creatividades* intervencionistas

Álvaro da Silva Santos¹

Com mais de um ano da pandemia da COVID-19, verificou-se a necessidade de que as pessoas idosas ficassem (e ainda se mantenham) em casa. Isto pois, este grupo tem-se mostrado como um dos mais susceptíveis ao adoecimento, formas graves e mortes.

A despeito de que em 2021 se iniciou a vacinação com foco em idades mais avançadas no Brasil e com isto, certa inversão epidemiológica vem ocorrendo (pessoas mais jovens passam a ocupar mais leitos e morrer), porém os idosos ainda são considerados mais vulneráveis à COVID-19.

O distanciamento social é para o momento, a considerar a lentidão na imunização da comunidade, uma medida ainda necessária, mesmo para os idosos (as) que tenham tomado as duas doses de vacina.

Por sua vez, o distanciamento social traz para os serviços de saúde e outras instituições no território, notadamente os de atenção primária, a necessidade de se reinventar, uma vez que a condição de se distanciar de parentes, familiares, amigos, pode trazer sofrimentos emocionais, como:

¹Enfermeiro. Psicanalista. Especialista em Saúde Pública. Mestre em Administração em Serviços de Saúde. Doutor em Ciências Sociais (Antropologia). Pós Doutor em Serviço Social. Professor Associado III do Programa de Pós-Graduação em Atenção à Saúde (PPGAS) e Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGP) da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Uberaba, Minas Gerais, Brasil. E-mail: alvaroenf@hotmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8698-5650>



Este artigo está licenciado sob forma de uma licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a publicação original seja corretamente citada.

tristeza, angústia, solidão, insônia, depressão, alterações alimentares, e até ideação suicida, e outros.

O lazer é considerado uma ocupação humana que oferece realização pessoal, uma vez que depende da própria escolha e interesse individuais^{1,2}. As vivências no lazer podem ser classificadas como atividades: físico-esportivas, artísticas, manuais, intelectuais e sociais³.

O lazer voltado para interesses físicos-esportivos inclui atividades como futebol, vôlei, basquete, handebol, tênis, ioga, tai chi chuan, escalada, judô, karatê, tae-kwon-do, caminhada, ginástica, dança, natação dentre outros³. Já as práticas em lazer direcionadas para o artístico, relacionam-se com ida ao cinema, teatro, espetáculos de dança, música, artes plásticas, literatura, pintura, circo e desenho³.

As práticas por interesses manuais incluem o tricô, o crochê, o bordado, a confecção de bijuterias, a jardinagem, a culinária, o cuidado com os animais³. Adicionalmente, os interesses pelo lazer com vivências voltadas para o intelectual envolvem os jogos, como: dama, xadrez, leitura, participação em palestras e cursos, desde que não sejam motivadas por necessidades das obrigações, principalmente pelo trabalho³.

As vivências no lazer relacionadas aos interesses sociais estão ligadas à interação e contato com as pessoas, envolvendo as festas, os churrascos, a participação em encontros de convivência, a frequência a bares e restaurantes e a danceterias, podendo ser vivenciadas individualmente ou em grupo, em quaisquer ambientes, sejam eles abertos ou fechados³.

Compreendendo as classificações do lazer e as impossibilidades trazidas com o isolamento social, tem-se o lazer virtual (lazer digital ou lazer online) como estratégia contemporânea e, recurso para escapar do ambiente de vulnerabilidade, promovendo entretenimento e inclusão no interior das residências⁴.

A participação de idosos nas práticas de lazer pode ser uma ferramenta eficaz na redução da solidão, de problemas físicos e de saúde mental, porém, existe pouco incentivo, orientação e estratégias, especialmente no formato online. As políticas públicas podem desenvolver programas especiais para selecionar, treinar e estimular os contatos próximos

para a participação no lazer e integração social, melhorando a qualidade de vida dos idosos⁵, notadamente na pandemia da COVID-19.

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a porta de entrada do sistema, em geral está acessível no território e do mesmo modo tende a ter a comunidade adscrita aos serviços. Isto permite um vínculo que gera o reconhecimento de necessidades da comunidade, no caso aqui, dos idosos.

A considerar que o lazer pode servir até de alívio para o isolamento, para a sociabilização, interação, recreação, criatividade e até um aprendizado enriquecedor, a APS precisa estar atenta a esta questão.

A começar pelo levantamento do acesso virtual nos idosos, passando pela capacitação destes e familiares, bem como o planejamento de atividades. Fala-se aqui de um recurso potente a este momento tão complexo para pessoas acima de 60 anos.

Nas *criatividades*, pode-se citar algumas alternativas no modo virtual e de preferência em grupo, como: leituras (poesias, contos, notícias, leitura de jornais, discussão sobre o território e sua história), jogos virtuais, filmes, debates, dança, desenho e pintura, cursos, orações e outros modos de atividades religiosas e ou espirituais, cozinha, teatro, contação de histórias, horta familiar, atividades físicas.

Num primeiro momento entender o acesso virtual dos idosos da comunidade é base para este planejamento, bem como uma possível negociação com a família para melhorar e ampliar este acesso, além do que a unidade de APS pode se equipar como uma central da qual, os profissionais possam estar focados na organização e desenvolvimento de atividades, como uma cozinha experimental.

Além do acesso, a capacitação e equalização do possível grupo às ferramentas do mundo virtual é base de entrada também, incluso aí a equipe de saúde que além de não dispor de tantos recursos, pode também não estar habilitada. A despeito disto um recurso de uma cidade pode ser itinerante e servir a várias unidades e até mesmo, por ser virtual numa central.

Do mesmo modo, captar os interesses acerca do lazer em idosos no território, também é fundamental para maior adesão, além de uma avaliação periódica sobre a percepção desta participação.

A inserção de ações de lazer para idosos no modo virtual não se configura como algo fácil e simples, a despeito do próprio despreparo do profissional de saúde nesta área, por vezes não reconhecendo isto como parte de suas atividades, sobretudo aquelas formações mais direcionadas a clínica e num modelo biomédico (como o médico, enfermeiro, cirurgião dentista e outros), mesmo que atuando na APS.

Parece estarmos falando de algo a ser pensado como política pública pelas Secretarias Municipais de Saúde, mas que outros equipamentos sociais podem ser importantes como: a própria Unidade Básica de Saúde (UBS), o Centro de Referência em Assistência Social (CRAS), as escolas e outras instituições de ensino do bairro e da cidade como um todo, centros de convivência, grupos religiosos e outros.

De outro modo, a insensibilidade do município não pode ser um impeditivo a uma iniciativa local de um determinado bairro que tenha profissionais sensíveis a causa - o lazer criativo e virtual para os idosos.

O lazer no modo virtual se mostra uma prática interdisciplinar (melhor seria transdisciplinar). Incluir a maior gama de profissionais (que não só os da saúde), setores sociais e idosos líderes parece condição favorecedora.

As questões de lazer nos idosos já era algo tenebroso no passado, ou seja, não assumidos pelos serviços de APS. Na pandemia da COVID-19 tem-se esta questão como algo ainda mais desafiador!

Mas para este nível de atenção, da qual a clínica não é a única soberana em termos interventivos, o lazer criativo pode ser requalificador da vida, de ressignificação do ócio, atenuante para a solidão, sociabilizador e o cumprimento de uma atividade que com toda certeza é um quesito fundamental na vida humana e em especial, o lazer para o idoso.

REFERENCIAS

1. Martinelli SA. A Importância de atividades de lazer na terapia ocupacional. Cad Bras Ter Ocup. 2011; 19(1):111-8.

2. Santana JPD, Melo FDA, Jesus JR, Santos BTP. Trabalho e lazer: a busca por sentido dentro e fora do trabalho. *Rev Bras Ciênc Esporte*. 2014; 36(2):591-602.
3. Schwartz GM. O conteúdo virtual do lazer - contemporizando Dumazedier. *LICERE*. 2003; 6(2):23-31.
4. González MV, Martínez RG, Pérez MG. Perceptions of social educators about digital leisure for the inclusion of socially disadvantaged young people. *Rev Interuniversitaria*. 2020; 36:97-110.
5. Toepoel V. Ageing, leisure, and social connectedness: how could leisure help reduce social isolation of older people?. *Soc Indic Res*. 2013; 113:355-72.

Como citar: Santos AS. Lazer virtual e a pessoa idosa na pandemia da COVID-19 no contexto da atenção primária à saúde: *criatividades* interventivas. *J Health NPEPS*. 2021; 6(1):e5465.