

## **A TERAPIA OCUPACIONAL E AS ATIVIDADES CORPORAIS COM UM GRUPO DE IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

André Luiz Lameira de Cristo<sup>1</sup>; Adriana Kaori Sasaki<sup>1</sup>; Jaqueline dos Santos Rodrigues<sup>1</sup>; Louise Christinne Marçal Sandres<sup>1</sup>; Rita de Cássia Gaspar da Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmico de Terapia Ocupacional; <sup>2</sup>Mestre em Motricidade Humana

luizandre36@gmail.com

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

**Introdução:** O envelhecimento se constitui como um processo natural do ser humano, com uma importante influência do meio sobre o indivíduo, ligado a modificações psicológicas, funcionais e sociais que ocorrem com o passar do tempo. As atividades corporais, envolvendo a dança, o teatro e música, contribuem para manter a capacidade funcional do idoso, evitando possíveis processos patológicos, frequentes nesta etapa da vida. Diante disso, a Terapia Ocupacional permite que os idosos desenvolvam suas potencialidades, por meio dos grupos terapêuticos, proporcionando assim uma melhor qualidade de vida. **Objetivos:** Relatar a experiência utilizando em idosos atividades corporais para prevenção e promoção de saúde. As atividades propostas tinham o intuito de estimular a expressão corporal, promover a exteriorização de emoções e sentimentos e estimular a interação do grupo. **Descrição da experiência:** O relato de experiência foi baseado nas vivências realizadas nas aulas de Prática Social e Comunitária II, pelos acadêmicos do segundo ano de Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará (UEPA). A atuação ocorreu na Associação de Moradores da Vila da Barca, em Belém/PA, com um grupo de, em média, 25 idosos por sessão, no período de agosto e setembro de 2014. **Resultados:** Observou-se receptividade pelas participantes acerca das atividades e apesar da falta de atenção e concentração que elas também apresentam, o grupo mostrou-se interessado. Houveram relatos de mais energia e motivação para realizar suas atividades cotidianas, além de favorecer a integração grupal. Com isso, os objetivos traçados foram alcançados gradativamente ao longo das intervenções. **Conclusão:** As atividades corporais são recursos, que podem ser utilizados pela Terapia Ocupacional, as quais proporcionam um ambiente de troca, além de promover diferentes formas de expressão e o autoconhecimento, relacionado com a imagem corporal, capacidades e limitações. Portanto, observou-se que os idosos obtiveram benefícios como melhora da percepção corporal e da autoestima, respiração e execução dos movimentos de forma livre e prazerosa, trazendo a eles mais qualidade de vida.