

NOTÍCIAS ZECA DIRCEU

Número de idosos cresce. São várias as ações para eles em Umuarama

08/04/2012

Pesquisas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que a população idosa do Brasil poderá ultrapassar 30 milhões de pessoas nos próximos 20 anos. Em 2000, segundo o Censo, a população de 60 anos ou mais de idade era de 14.536.029 de pessoas, contra 10.722.705 em 1991. Em 2010, a estimativa é de 18 milhões de habitantes com mais de 60 anos, representando quase 10% da população total do país. Números expressivos comparados com as poucas políticas públicas para essa faixa etária.

Em Umuarama, com muito esforço e dedicação, as questões do idoso são tratadas por várias instituições, que oferecem educação, lazer, saúde, cultura e sociabilização. Porém com o crescimento da população da terceira idade, a frente de apoio começa a ficar pequena. Ainda, possivelmente por falta de informação, muitos idosos vivem à margem da comunidade e enfrentam a violência e o descaso.

Num panorama nacional, mesmo com a evolução das tecnologias, a sociedade não está preparada para cuidar dos idosos. Com necessidades maiores, comparado a um adulto, a maioria dos brasileiros acima de 60 anos sobrevivem com um salário mínimo. O Brasil envelhece rapidamente, mesmo sendo um país novo, e apresenta um perfil demográfico semelhante ao dos países mais desenvolvidos. Porém com problemas estruturais, que ainda precisam ser melhorados para dar conta das demandas das transformações.

No mês passado, na busca de amenizar a questão, o ministro da Previdência Social, Garibaldi Alves Filho, disse que o governo estuda a criação de uma secretaria para tratar de políticas relacionadas ao idoso.

E ainda, segundo as projeções, o número de pessoas com 100 anos de idade ou mais aumentará 15 vezes, passando de 145.000 pessoas em 1999 para 2,2 milhões em 2050. Os centenários, no Brasil, somavam 13.865 em 1991, e já em 2000 chegam a 24.576 pessoas, ou seja, um aumento de 77%. São Paulo tem o maior número de pessoas com 100 anos ou mais (4.457), seguido pela Bahia (2.808), Minas Gerais (2.765) e Rio de Janeiro (2.029).

Atenção ao idoso no município

O maior representante de apoio ao Idoso, organizado pela administração municipal, o Centro Dia, atende 38 idosos e segundo a coordenadora e psicóloga, Débora Cristina da Mata, a perspectiva é aumentar o atendimento para 60 vagas. Num ambiente aconchegante e limpo os participantes do centro recebem alimentação, atendimento médico, aulas de artesanato, exercícios físicos, aula de yoga, entre outras atividades.

“No centro eles ensinam, aprendem e saem do isolamento proporcionado pela falta de atividades devido à idade. Muitos chegam aqui depressivos e com muitas doenças, mas em pouco tempo estão sorrindo e vigorosos”, ressalta a psicóloga.

A menina dos olhos do Centro Dia é o projeto de teatro “Contaçõ de Histórias”. Contando histórias de Monteiro Lobato em creches, escolas e hospitais os idosos recuperam a auto estima e levam cultura e alegria para as crianças. “Estive muito doente, passei por psicólogos, psiquiatras e era magrinha. Tinha depressão e vivia triste, mas aqui no Centro me reencontrei, voltei a viver, voltei a atuar. Estou a dois anos interagindo com pessoas e descobri que ser idoso não significa estar morto”, diz Aparecida de Lourdes, de 61 anos.

Além do Centro Dia, o município oferece programas nos Centros de Referência de Assistência Social (CRAs) e visitas domiciliares.

Unipar: Atividade Física na 3ª idade

Na Universidade Paranaense (Unipar) é ofertado o projeto de extensão universitária, pelo curso de Educação Física, de hidroginástica para os idosos. O projeto reúne 120 idosos, de Umuarama e cidades vizinhas, com idades que variam de 60 a 86 anos. As aulas acontecem duas vezes por semana, às terças e sextas-feiras.

A coordenadora do projeto, professora Nelma Araújo, diz que a programação de exercícios é especialmente preparada para fazer todos se movimentarem sem dificuldade e sem risco. “Todos valorizam muito esta oportunidade oferecida pela Unipar; dificilmente faltam às aulas, porque a

maioria vem com problema de saúde e melhora rapidamente. Isto significa que percebem os benefícios”.

Para a professora Nelma Araújo, o alívio às dores geralmente é o benefício mais citado pelos praticantes. Mas a lista é bem maior. Ela lembra que a hidroginástica melhora o condicionamento físico de modo geral: fortalece os músculos, aumenta a resistência cardiorrespiratória, amplia a mobilidade das articulações, trabalha flexibilidade do corpo (melhorando o domínio corporal, o que leva o idoso a ter maior segurança no dia a dia) e alivia as tensões. “Outro benefício importantíssimo é o convívio social que o projeto proporciona”, destaca a professora. Os interessados devem entrar em contato com a professora nas terças e sextas-feiras.

A Universidade oferece outros projetos associados aos cursos de Química, Estética e Comestica, Farmácia e Manipulação.

Lar São Vicente de Paulo – A professora Nelma Araújo, também ressaltou o trabalho realizado com os idosos do Lar São Vicente de Paulo. “Levamos alegria para os moradores do lar. Como também ensinamos as pessoas a conviver com as perdas funcionais da idade”. noticiou.

Sesc: Educação, lazer e saúde

No Serviço Social do Comércio (Sesc) são várias atividades para as pessoas da terceira idade. Duas vezes por semana é realizado o grupo de convivência da 3ª idade.

Palestras, atividades educacionais e recreativas são realizadas na terça-feira e na sexta-feira os participantes do grupo realizam um baile das 8h às 10h. “Na última semana eles receberam a palestra do gerente da Caixa Econômica Federal, falando a respeito dos empréstimos consignados. Uma armadilha para os idosos”, ressaltou a gerente executiva do Sesc Umuarama, Mauriza Lima.

Os idosos também recebem estudos de línguas, matemática, economia doméstica e demais disciplinas. O Grupo do coral também é outra alternativa para os frequentadores da unidade.

Na parte esportiva é ofertado o vôlei, aeróbica e academia. “Nosso instrutor da academia é especializado em exercícios para os idosos”, informou Mauriza.

Comunidade se movimentando

No projeto de extensão do curso de Educação Física da Unipar, Vida Ativa Melhor Idade, os idosos estão se mexendo. Em três núcleos localizados na Igreja Matriz, Clube do Vovô, e paróquia Nossa Senhora Aparecida 90 os umuaramenses da terceira idade recebem orientações físicas e de recreação em dois dias da semana. “Começamos esse mês e ainda temos vagas. A intenção é levar o programa para mais bairros da cidade”, disse o coordenador Jeferson.

Umuarama Ilustrado