



A tecnologia e a criatividade se tornaram grandes aliadas de instituições gerontológicas na luta contra o novo coronavírus. Com a proibição das visitas, foram adotadas medidas para encurtar as distâncias entre os idosos, principal grupo de risco, e seus familiares. Entre elas estão as videochamadas.

“Não me sinto só. Tenho muitas amizades aqui. Tenho falado todos os dias com meus familiares pelo celular. Falo com minhas filhas, meus netos. Sei usar celular e faço videochamada”, avisa dona Helena das Neves, de 96 anos, hospede da Duarte Maison. “Gostei de fazer chamada e ver meu filho. É bom que matei um pouco a saudade. Se deixar eu quero sempre mais”, conta Glória da Conceição Araújo Ribeiro, de 84 anos, da Casa Vila do Sol, em Botafogo.

Para manter as atividades terapêuticas e sociais, foi solicitado aos instrutores que mandem mensagens e façam vídeos de aulas para que a equipe local faça atividades guiadas com os idosos.

Para Andrea Duarte, proprietária da Duarte Maison e da Villa Sofia, na Taquara, e da Villa Duarte, no Recreio, os cuidados nos espaços são contínuos. “Aqui ele está longe de conflitos familiares, problemas domésticos, faz atividades diárias e recebe visitas virtuais 24h por dia, esclarece.

Eles estão

Centros gerontológicos usam tecnologia para manter idosos ocupados

CONNECTADOS



Moradores da Villa Sofia Casa de Repouso, na Taquara

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



Nicette Bruno faz exercícios em casa sob a orientação da neta

O exemplo de Nicette Bruno

• Com a recomendação de ficar em casa e só sair em extrema necessidade, muitos idosos têm encontrado em exercícios físicos uma ótima maneira para manter corpo e mente sãos. “É importante que as pessoas façam isso com segurança e firmeza e com confiança na professora. Também estou no grupo de risco, e procuro não ficar totalmente parada. Continuem exercitando seu corpo porque vai também ajudar sua mente a enviar pensamentos

positivos para todo o mundo que está sendo afetado por esse vírus”, pede a atriz Nicette Bruno, aos 87 anos.

Recentemente, viralizou um vídeo em que a veterana faz exercícios físicos em casa, sob a orientação da neta Luana Miessa, especialista em fisiologia do exercício. As imagens foram gravadas ano passado, antes da pandemia. “São inúmeros benefícios, como diminuição de problemas cardiovasculares e pulmonares”, explica Luana.