

Editorial**Actividades de ocio y la persona mayor**

El 14 de diciembre de 1990, la Asamblea General de las Naciones Unidas estableció la fecha del 1 de octubre como el Día Internacional de los Ancianos. Esta fecha conmemorativa marca la conciencia sobre los diferentes factores asociados con la población de edad avanzada y la perspectiva de la longevidad.

La transición demográfica y el envejecimiento de la población son fenómenos estructurales importantes que han marcado la economía y la sociedad brasileña desde la segunda mitad del siglo pasado. Esta nueva perspectiva plantea una preocupación de investigadores y profesionales de la salud a cerca de las condiciones necesarias para promover la funcionalidad, la calidad de vida y la capacidad de adaptación a los cambios físicos, psicológicos y sociales relacionados a la longevidad. Por lo tanto, con el número cada vez mayor de personas que alcanzan edades más largas, existe un mayor interés en profundizar el conocimiento sobre los factores relacionados con el envejecimiento saludable.

¿Qué factores facilitan el envejecimiento y son los posibles promotores del rendimiento físico y cognitivo a lo largo de los años? ¿Qué aspectos favorecieron el envejecimiento saludable? La búsqueda de respuestas a estas preguntas y pruebas que puedan mejorar las condiciones de envejecimiento, se configuran en una perspectiva de las investigaciones destinadas a promover el envejecimiento activo.

En este contexto, la implicación en las actividades de ocio se muestra un factor importante para el mantenimiento de la capacidad funcional y la calidad de vida entre las personas mayores. En general, el ocio se refiere al estado de ser feliz después de la participación en actividades específicas realizadas en tiempo libre. La participación en actividades de ocio y la participación social en grupos tienen consecuencias positivas para el individuo y la comunidad: crean redes, estimulan la confianza, influyen en la formación de valores, apoyan las normas y la cultura y promueven las relaciones y los vínculos sociales.

Por lo tanto, es necesario proporcionar oportunidades para que las personas mayores realicen más actividades de ocio o participen más en estas actividades. La acción protectora de la participación en actividades de ocio y el apoyo social resultante de la relación con amigos y familiares demuestra la importancia de las relaciones sociales y afectivas para el envejecimiento activo. Además, socializar con otras personas durante las actividades de relación interpersonal y de ocio, permite relaciones fundamentales de cooperación e interactividad.

Hoy en día, pocos estudios identifican específicamente las actividades de ocio en las que participan ancianos brasileños. Surge la necesidad de investigaciones que describan las actividades de ocio como un recurso accesible y con potencial para contribuir al mantenimiento de la capacidad funcional y la calidad de vida entre las personas mayores.

Es imperativo crear una agenda pública que articule e integre servicios sociales y de salud que apoyen a las personas mayores y sus familias, involucrando a instituciones del tercer sector y presentando modalidades y posibilidades de participación en actividades de ocio y recreación.

La comunidad científica debe buscar pruebas que exploren el potencial de participación en actividades de ocio para planificar acciones y programas para prevenir discapacidades y promover la salud y la calidad de vida en la población de edad avanzada.

Buena Lectura!**Fabiana Caetano Martins Silva e Dutra**

Terapeuta Ocupacional. Doctora en Ciencias de la Rehabilitación. Professora del Departamento de Terapia Ocupacional, del Programa de Posgrado en Atención a la Salud de la Universidade Federal do Triângulo Mineiro y del Curso de Posgrado em Estudos de la Ocupación de la Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil. Cordinadora del Núcleo de Estudios y Investigaciones en Trabajo, Participación Social y Salud (NETRAS).