

# IDOSOS: Como residenciais sênior estão revolucionando a qualidade de vida dos idosos



*Ambientes são projetados para promover saúde com equipe multidisciplinar, interação social e autonomia para a terceira idade.*

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número de idosos brasileiros mais do que duplicou no período entre os anos de 2000 e 2023. Em pouco mais de duas décadas, a população brasileira com 60 anos ou mais passou de 15,2 milhões para 33 milhões e com o envelhecimento dos cidadãos alguns cuidados precisam fazer parte da rotina desses indivíduos. Assim como os mais jovens, as pessoas mais maduras precisam socializar e manter sua mente ativa. Por isso é importante conscientizar a população adulta e idosa sobre a importância da qualidade de vida com hábitos que promovam o bem-estar físico, mental e social.

"É um fato que os idosos são o futuro no país. O IBGE divulgou em agosto deste ano que, em 2023, a terceira idade superou o número da população de 15 a 24 anos. Essa é uma das fases mais desafiadoras do ser humano, afinal, é onde ficamos mais suscetíveis a diversas condições, por exemplo, ao esquecimento. O Alzheimer é uma das doenças que mais afeta pessoas acima dos 65 anos. Por isso, a interação social como aquelas oferecidas pelos residenciais sênior desempenha um papel importante, pois oferecem atividades que ajudam a prevenir o isolamento, contribuem para a melhora da saúde mental e emocional da terceira idade", explica Fábio Alves, CEO da 3i Residencial Sênior.

Nos residenciais sênior é valorizada a autonomia do idoso, por meio de tarefas simples como dobrar suas roupas a passeios externos, além de proporcionar uma vida social ativa e aliada a cuidados de saúde com monitoramento 24 horas. Com uma infraestrutura moderna e adaptada, o espaço é planejado para garantir acessibilidade e conforto, além de contar com equipe multidisciplinar para atender às necessidades específicas de cada residente. Fábio explica como as principais características desse ambiente, o tornam adequado para viver, confira:

## **Socialização**

"Durante sua hospedagem, o idoso interage com outros hóspedes. Esses locais contam com programações coletivas para atividades físicas e cognitivas como arteterapia, artesanato, musicoterapia, papoterapia, terapia ocupacional, assistência social, educação física, fisioterapia e

passeios, que estimulam fisicamente, mentalmente, além de ajudar a combater o isolamento social e familiar”, conta Fábio.

## **Independência**

“A maioria dos idosos sempre tiveram sua independência e querem continuar realizando tarefas básicas que sempre fizeram. Para isso, é importante ser incluído em seu dia a dia entretenimentos como leitura, jogos, sessão cinema, atividades manuais básicas de rotina, organização de seus pertences pessoais, organização de festas e eventos, além de roda de conversa. Tudo isso visa promover sua inclusão, socialização e autonomia com segurança. Esse é o principal conceito de um residencial sênior é ser a extensão da casa do idoso com os cuidados assistenciais e clínicos sem perder a sua referência de lar”, conta Fábio.

## **Qualidade de vida**

“Ao proporcionar um ambiente seguro, socialmente ativo e com cuidados de saúde adequados com geriatria, nutrição, terapia ocupacional, assistência social, fisioterapia, entre outros, você está contribuindo para um envelhecimento mais digno e prazeroso. Afinal, esses profissionais ajudam a prevenir os processos inerentes ao envelhecimento”, finaliza o CEO.

## **Sobre a 3i Residencial Sênior**

A 3i Residencial Sênior, criada pelo empresário Fábio Alves, em Campinas/SP no ano 2010, é referência em atendimento humanizado e residenciais sênior para idosos lúcidos e não-lúcidos, focado nas necessidades individuais dos residentes. A rede atua em quatro frentes de serviços: Home Care, Centro Dia e Residencial Sênior e vendas de serviços e produtos adicionais à necessidade de cada idoso. Com quatro unidades ativas pelo Estado Paulista, a marca estima faturamento de R\$ 5,6 milhões para 2024 e, para 2025, projeta sua expansão nacional através do franchising.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/noticia/6101/idosos-como-residenciais-senior-estao-revolucionando-a-qualidade-de-vida-dos-idosos-em-24/06/2026-07:07>