

TERAPIAS LÚDICAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

PLAY THERAPIES TO PROMOTE MENTAL HEALTH IN INSTITUTIONALIZED ELDERLY PEOPLE

Anna Victória Maurer Ravaglio ¹

Danilo Fonseca ²

Julia Ernandes Cardoso ³

Leonardo de Souza Cardoso ⁴

Leide da Conceição Sanches ⁵

Maria Cecilia Da Lozzo Garbelini ⁶

Resumo: O processo de envelhecimento humano, quando ocorre de forma natural, envolve perdas e ganhos em todas as dimensões da vida. Para muitos longevos pode haver necessidade de cuidados específicos os quais não poderão ser dispensados pelos familiares e sim por Instituições de Longa Permanência para Idosos. Objetivou-se relatar a experiência de intervenção com idosos institucionalizados por meio de atividades lúdicas, de forma a contribuir com o resgate da autoestima, memória, comunicação e interação social. O estudo descritivo relata a realização de ações por meio da arteterapia como a contação de história, técnicas expressivas como desenho e pintura, construção de boneco sensorial e musicoterapia. A realização de tarefas educativas e de lazer contribuíram para a promoção da autonomia e ofereceram suporte emocional aos envolvidos. Considera-se que o recurso lúdico também melhorou a socialização, além de ser uma estratégia para preencher o tempo, colaborando de forma direta para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Promoção da saúde. Instituição de Longa Permanência para Idosos. Arteterapia.

Abstract: The human aging process, when it occurs naturally, involves losses and gains in all dimensions of life. For many long-lived people, there may be a need for specific care, which cannot be provided by family members but rather by Long-Term Care Institutions

1 Mestre em Ensino nas Ciências da Saúde pela Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná, Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7133440178694537>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8354-5437>. E-mail: anna.ravaglio@aluno.fpp.edu.br

2 Graduando em Medicina pela Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná, Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7503127902784331>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7864-7862>. E-mail: danilo.fonseca@aluno.fpp.edu.br

3 Graduanda em Medicina pela Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná, Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8175615294870704> ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-2928-7669>. E-mail: julia.cardoso@aluno.fpp.edu.br

4 Mestre em Ensino nas Ciências da Saúde pela Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná Brasil. Docente da FPP. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3210951881707273>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2722-1922>. E-mail: leonardo.cardoso@professor.fpp.edu.br

5 Doutora em Sociologia pela Universidade Federal do Paraná (UFPR). Socióloga pela UFPR. Docente do Programa de Mestrado Ensino nas Ciências da Saúde na Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná, Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4038558959541958>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5832-7132>. E-mail: leide.sanches@fpp.edu.br

6 Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo (USP). Bióloga pela UFPR. Docente do Programa de Mestrado Ensino nas Ciências da Saúde na Faculdades Pequeno Príncipe (FPP), Curitiba, Paraná, Brasil. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2573131399206676>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8536-584X>. E-mail: ceciliagarbelini@hotmail.com

for the Elderly. The objective was to report the intervention experience with institutionalized elderly people through playful activities, in order to contribute to the recovery of self-esteem, memory, communication and social interaction. The descriptive study reports the carrying out of actions through art therapy such as storytelling, expressive techniques such as drawing and painting, sensory doll construction and music therapy. Carrying out educational and leisure tasks contributed to promoting autonomy and offered emotional support to those involved. It is considered that the playful resource also improved socialization, in addition to being a strategy to fill time, directly contributing to a better quality of life.

Keywords: Health Promotion. Homes for the Aged. Art Therapy. biopsychosocial demands that run through their lives and affect their health conditions. The aim of this paper is to describe my experiences as a participant in the Health Work Education Program (PET-Health), in themed conversation circles with women from a

Introdução

No processo de envelhecimento da população em geral a qualidade da assistência desempenha um papel crucial, especialmente em um mundo onde a expectativa de vida está aumentando e mais pessoas estão atingindo idades avançadas. Em relação à população brasileira, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), dados apontam que em 2022 a população com mais de 60 anos atingiu a marca de 15,6% da população total, um aumento de 56% em relação ao último censo realizado em 2010 (IBGE, 2022). A população de idosos brasileiros superou a marca dos 30 milhões, com projeções de que tenha um aumento dessa população no decorrer dos próximos anos (IBGE, 2023).

Romero e Maia (2022), descrevem que em decorrência do aumento populacional, independentemente de estar atrelado às melhorias da área da saúde, o processo de envelhecimento está acompanhado de um declínio gradual e natural de muitas funções corporais, o que caracteriza a senescência. Contudo, este processo pode envolver o desenvolvimento de patologia por estresse emocional, acidente ou doenças (senilidade).

Para Lacerda et al. (2021), o processo de envelhecimento, associado à senilidade, pode estar ligado a diversas alterações, decorrentes de doenças crônicas prevalentes como hipertensão arterial, diabetes, artrite ou reumatismo, doenças do coração, depressão, câncer, acidente vascular cerebral, asma, doença crônica no pulmão. Os autores pontuam que em consequência dos mecanismos fisiopatológicos típicos da velhice, a capacidade funcional da população idosa pode estar afetada. Nesta situação, poderá haver maior necessidade de cuidados específicos que, em muitos casos, não poderão ser dispensados pelos familiares e sim por Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), que acabam se tornando uma opção para aqueles que necessitam de cuidados prolongados.

A opção pelas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) implica em mudanças significativas na rotina dos indivíduos institucionalizados, que frequentemente enfrentam o isolamento social, a perda de múltiplos papéis sociais e outras transformações. Essas características são descritas por Erving Goffman (1922–1982) no conceito de “instituições totais”, ambientes nos quais todos os aspectos da vida do indivíduo passam a ser controlados por uma única autoridade. No entanto, Goffman ressalta que tais instituições não necessariamente promovem uma substituição cultural completa — isso depende, em grande parte, do tempo de permanência do idoso. Ainda assim, em maior ou menor grau, essa vivência pode levar à perda da autonomia para lidar com aspectos cotidianos da vida civil, configurando-se como uma estratégia de controle social (Benelli, 2014).

Desse modo, independentemente dos motivos que levaram à institucionalização, a experiência relatada neste estudo busca promover o acesso e a qualidade da assistência à saúde para pessoas com 60 anos ou mais, residentes em ILPIs. Alguns pontos-chave merecem destaque como a promoção da saúde e do bem-estar, o incentivo à independência, à educação e ao empoderamento, além da prevenção e manejo de condições crônicas. Também é fundamental oferecer apoio social e emocional, considerando que o envelhecimento pode estar associado a desafios emocionais significativos, como a solidão e a depressão.

Neste sentido, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) podem desempenhar um papel fundamental no cuidado de idosos residentes em ILPIs. As PICS incluem abordagens como acupuntura, homeopatia, fitoterapia, meditação, yoga, arteterapia, musicoterapia, e muitas outras que visam complementar os tratamentos convencionais e promover a saúde integral do indivíduo. Segundo o Ministério da Saúde (Brasil, 2015), essas práticas podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida ao visar a integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade, favorecendo um envelhecimento mais saudável e ativo.

Em atendimento a estas necessidades, a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 502 da ANVISA (Brasil, 2021), no Art. 3º item VI, dispõe que as ILPIs são definidas como instituições de origem governamental ou não governamental, de caráter residencial, a fim de ser um domicílio coletivo para pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, com ou sem suporte familiar, preservando-se a liberdade, dignidade e cidadania (Brasil, 2021). Ainda, nestas normas regulamentares está explícito no Art. 6º, item VI, que as ILPIs devem favorecer o desenvolvimento de atividades conjuntas com pessoas de outras gerações e, no item IX, devem promover condições de lazer para os idosos tais como atividades físicas, recreativas e culturais.

Desse modo, como a qualidade da assistência não se limita apenas aos aspectos físicos da saúde, o desenvolvimento de atividades de interação social pode ajudar os idosos a se sentirem conectados e valorizados, fato que justifica as ações desenvolvidas pelo projeto de extensão Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso. Portanto, a ação do projeto de extensão tem como objetivo relatar a experiência de intervenção com idosos institucionalizados por meio de atividades lúdicas, de forma a contribuir com o resgate da autoestima, da memória, comunicação e interação social.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, que descreve atividades de interação social mediadas pela arteterapia. Este relato foi elaborado com base no estudo de Mussi, Flores e Almeida (2021), os quais argumentam que esse tipo de narrativa tem como objetivo não apenas compartilhar o conhecimento adquirido por meio da vivência, mas também atribuir-lhe valor por meio de uma abordagem crítico-reflexiva, fundamentada em referenciais teórico-metodológicos. Para os autores, o relato de experiência constitui um registro significativo de vivências, que pode contribuir de forma relevante para a produção de conhecimentos em diversas áreas, destacando-se pela importância da reflexão e discussão sobre os saberes compartilhados.

As ações foram vivenciadas pelos extensionistas do Projeto de Extensão Saúde do Adulto e do

Idoso, estudantes de diversos cursos na área da saúde, com o suporte de mestrandos do Programa de Pós Graduação Ensino nas Ciências da Saúde, de uma instituição particular localizada na capital paranaense. A participação dos mestrandos tornou-se importante porque “os profissionais da saúde são preparados para o enfrentamento dos desafios tecnológicos, mas pouco sensíveis ao uso social da ciência, ou seja, com pouca habilidade para aproveitar o conhecimento do senso comum na retroalimentação do conhecimento científico” (Garbelini et al., 2024 p. 105). A preparação dos extensionistas foi feita em reuniões periódicas, no contrarturno do horário das aulas e por meio de rodas de conversa, de modo a prepará-los para desempenhar as atividades para diferentes públicos. Para Sanches et al. (2020) os recursos educativos nas atividades extensionistas devem ser preparados com o uso de linguagem e diagramação adaptados ao público destinado, que varia com a temática e com a comunidade na qual será realizada a ação.

As atividades ocorreram em uma ILPI privada, no primeiro semestre de 2024, em forma de oficina, com duração de 02h30. A ILPI, localizada em um bairro da cidade de Curitiba-PR, conta com 30 idosos e uma equipe de 10 cuidadoras, geridas por enfermeiras e técnicas de enfermagem que prestam assistência continuada aos pacientes. Para a realização das ações a ILPI tem um espaço amplo e arejado, com mesas e cadeiras, onde os idosos podem ficar confortáveis.

As ações foram enriquecidas por meio de estratégias de socialização e envolvimento entre os idosos e os jovens estudantes. Algumas práticas integrativas e complementares foram utilizadas para maximizar os benefícios para os idosos com destaque para a arteterapia e musicoterapia. Inicialmente foram desenvolvidas técnicas de relaxamento e respiração para aliviar a tensão. A seguir foram implementadas ações interativas iniciando pela contação de história, seguida por pintura de mandalas, pintura de rótulos de vasos de mini suculentas, decoração de bonecos sensoriais e apresentação de músicas, com violão e voz. Foram utilizadas bexigas, canetas hidrocor, papel com desenhos para colorir, lã colorida e vasos com suculenta.

Destaca-se que esta não foi a primeira vez que o projeto executou atividades nesta ILPI. É importante salientar que todas as atividades foram realizadas dentro dos limites de cada morador institucionalizado, desde que apresentasse status cognitivo capaz de compreender e exercitar as ações propostas.

Resultados e Discussão

Contação de história de forma lúdica e interativa

A atividade inicial teve como objetivo promover a aproximação e o estabelecimento de um diálogo entre o extensionista, responsável pela abertura do encontro, e os idosos, utilizando como recurso a contação de uma história que abordava a importância das condições necessárias para que uma árvore cresça e se torne frondosa. À medida que a história se desenrolava, os participantes da instituição iam se voluntariando para contribuir com o enredo, destacando a importância da água, do vento, da terra, do sol — enfim, de todos os elementos essenciais para o desenvolvimento da árvore. Por meio dessa dinâmica e da interação entre o apresentador e os participantes, o ambiente foi se tornando menos formal, favorecendo um clima leve, descontraído e acolhedor. A atividade estimulou a imaginação dos envolvidos, que precisavam dar continuidade à narrativa de forma criativa e espontânea.

Essa ação, além de muito importante, promoveu o desenvolvimento cognitivo e social no idoso melhorando sua capacidade de comunicação, visto que permitiu o improviso e interação com o extensionista de modo envolvente, alegre e prazeroso, além de promover uma boa relação para introduzir as demais atividades.

Rodrigues e colaboradores (2019), apontam que é real a ocorrência de solidão por pessoas idosas institucionalizadas e, por isso, a prática de atividades lúdicas pode contribuir para ações que favoreçam a construção de representações positivas da velhice.

A prática de contação de histórias, além de ser uma atividade lúdica, se alinha com a PICS de arteterapia. Jardim et al. (2020), ressaltam que a arteterapia é uma ferramenta eficaz para melhorar as relações

sociais e a autoestima dos idosos, contribuindo para a promoção da saúde nessa população. A contação de histórias, pelo seu caráter recreativo, configura-se como uma estratégia eficaz na promoção da saúde de pessoas idosas, ao favorecer o fortalecimento das relações sociais e o aumento da autoestima nesse público.

Para Toledo (2022), a contação de histórias como um processo lúdico se faz importante na forma de expressão do pensamento e da argumentação. Dote, Silva e Carneiro (2023), relatam que o uso do *storytelling*, ou contação de histórias, é uma tática empregada para promover a qualidade de vida, por meio de trocas de experiências vividas, promovendo, assim, a educação em saúde. Corroborando com esta ideia Cardoso e Farias (2016), destacam que além dessa atividade trabalhar a atenção, memória e reflexão, estimula sensibilidade e desenvolve funções cognitivas como o pensamento e o raciocínio lógico etc.

Pintura de figuras variadas e de rótulos para vaso de mini suculenta.

Dando continuidade à proposta foi realizada uma oficina de pintura. A sugestão inicial consistiu em disponibilizar figuras impressas para que os participantes as colorissem com lápis de cor e canetas hidrocor, com o objetivo de estimular a coordenação motora fina. Durante a atividade, os idosos foram incentivados a se expressar livremente, respeitando suas preferências individuais e singularidades. No entanto, foi necessária a adequação dessa proposta para melhorar a aderência, já que alguns idosos apresentavam problemas motores, ou de visão, que dificultavam a pintura de desenhos com muitos detalhes. As figuras foram escolhidas na internet e impressas em folha A4. Com relação aos materiais de pintura, primeiramente foi percebida a preferência dos idosos pelo uso de canetas hidrocor, pelo fato de facilitar o destaque da cor no papel. A pintura além de explorar as possibilidades de criação usando a tinta, aprimora a percepção de cores, texturas e movimento.

Além da pintura de desenhos impressos, cada idoso recebeu um vaso de mini suculenta e um rótulo de papel Craft, compatível com o tamanho do vaso, para decorar e colocar o seu nome, se assim desejasse. Neste caso, foi oferecida a oportunidade de desenho livre. Como as suculentas se dão bem dentro de casa, em local bem iluminado onde possa receber a luz natural durante o dia, a proposta da atividade foi que cada um pudesse cuidar da sua planta, sem dificuldade, como forma de ocupação mental e distração.

A arteterapia é uma ferramenta valiosa na área da saúde, que utiliza a arte como meio expressivo para favorecer o autoconhecimento e a expressão de sentimentos internos. Trata-se de uma prática transdisciplinar, pois integra saberes de diferentes áreas com o objetivo de resgatar o indivíduo em sua integralidade, por meio de processos de reflexão, transformação e desenvolvimento pessoal. Nessa abordagem, a arte é compreendida como uma forma de linguagem que transcende barreiras individuais, podendo ser explorada por meio da pintura, modelagem, desenho, música, canto, dança, bordados, colagens, contação de histórias, entre outras formas. A arteterapia pode ser utilizada como um recurso terapêutico eficaz na promoção da qualidade de vida, especialmente entre a população idosa (Medeiros; Silva, 2021).

Segundo Pomeranz (2017), a percepção dos idosos que participam de atividades de arteterapia é enriquecida por novas formas de compreender e vivenciar a realidade. Nesse contexto, mesmo aqueles com demência ou diagnóstico de Alzheimer podem interagir com a arte de maneira prazerosa, já que esse processo terapêutico oferece estímulos cognitivos que contribuem para a atenuação dos efeitos da doença, promovendo bem-estar e qualidade de vida.

Montagem de boneco sensorial com bexiga preenchida com farinha de trigo

A dinâmica teve como objetivo estimular nos idosos a percepção tátil, a distinção de cores, formas,

tamanhos e pesos. Para a realização da atividade, os extensionistas prepararam previamente um material sensorial utilizando bexigas e farinha de trigo. O processo consistiu inicialmente em encher uma garrafa PET de 500 ml com farinha de trigo. Em seguida, a bexiga foi inflada e esvaziada três vezes para que se tornasse mais flexível. Depois disso, a boca da garrafa foi acoplada à bexiga e, com pressão manual, a farinha foi transferida para o interior da bexiga. Com uma das mãos segurava-se a boca da bexiga na garrafa, enquanto com a outra ela era esticada para baixo facilitando o enchimento com o volume desejado. Por fim, a bexiga era amarrada com um nó, garantindo o fechamento do conteúdo.

Essa etapa inicial foi realizada apenas pelos extensionistas. Em seguida, as bexigas já preenchidas foram entregues aos idosos, que participaram da etapa criativa: com canetas coloridas, desenharam olhos, nariz e boca no “boneco”, e, para completar, amarraram fios de lã no nó da bexiga, simulando os cabelos.

O produto final, além de divertido e personalizado, funcionou como um objeto terapêutico. O manuseio do boneco permitiu exercitar a motricidade fina, pois seu conteúdo modelável favoreceu o movimento das mãos, promovendo relaxamento e contribuindo para a redução do estresse.

De acordo com Giro e Paúl (2013), o processo de envelhecimento é marcado pela redução na velocidade de transmissão dos impulsos nervosos, o que resulta no declínio das funções motoras, como a lentidão da marcha, a diminuição dos reflexos e a redução da quantidade de receptores sensoriais. Esses receptores, formados por células especializadas, são responsáveis por captar estímulos do ambiente para serem interpretados pelo cérebro. Com o passar dos anos, essas células sensoriais vão morrendo gradualmente, comprometendo a acuidade dos sentidos. No entanto, apesar dessas perdas, o cérebro envelhecido ainda preserva sua plasticidade, o que permite, por meio de programas de estimulação adequados, desacelerar o ritmo desse declínio funcional.

Martins, Rodríguez e Medeiros (2017), apontam que as atividades em terapia de estimulação multissensorial têm se destacado em virtude do aumento da longevidade, pois no envelhecimento além da diminuição da acuidade sensorial há ainda, em muitos casos, aumento das condições que envolvem privação sensorial, seja por institucionalização ou mesmo pela permanência do idoso no leito por longos períodos. As autoras apontam que a maioria dos idosos que se encontram em ILPI não dispõe de estímulos sensoriais necessários, carecendo de intervenção terapêutica que supra essa carência.

Portanto, a ludicidade da atividade realizada evocou liberdade, descontração e espontaneidade de ação, desobrigando os idosos de toda e qualquer espécie de intencionalidade. Para Guimarães et al. (2023), este tipo de ação permite que os participantes explorem e flexibilizem sua relação com o mundo pelo lúdico, imaginação e criatividade. Segundo os autores é importante que as atividades sejam prazerosas, prendam a atenção, auxiliem na concentração, preservando e resgatando suas memórias afetivas.

Música como estratégia de terapia

A atividade musical teve como meta evocar o bem-estar, qualidade de vida, valorização e prazer de viver. Acredita-se que a musicalização, ao som de um violão, trouxe benefícios como reativação da memória, aumento da autoestima e, por consequência, motivação no aspecto emocional e social. Destaca-se a relevância dessa abordagem terapêutica, considerando que o aumento da longevidade frequentemente está associado ao surgimento de incapacidades decorrentes de doenças, fragilidade física e isolamento social, entre outras condições.

De acordo com o Estatuto do Idoso diversas ações de promoção e prevenção à saúde devem ser implementadas, como a aplicação de vacinas, programas educacionais, atividades físicas, entre outras intervenções. Além disso, é fundamental a formação de grupos de convivência visando minimizar a perda de independência, preservar a autonomia e prevenir o isolamento social. O Art. 50 do Estatuto do Idoso, no item IX, estabelece que as entidades de atendimento têm a obrigação de promover atividades educacionais, esportivas, culturais e de lazer para os idosos (Brasil, 2013).

Em consonância com o Estatuto do Idoso e visando contribuir com as terapias complementares aplicadas a esse público, Gomes e Amaral (2012) destacam a música como um recurso valioso para a realização de ações de promoção e prevenção à saúde. A música, segundo os autores, pode gerar efeitos significativos nas esferas psicoemocionais, físicas e sociais dos idosos, promovendo a melhoria da autoestima e favorecendo a sociabilização. Nesse contexto, estudo de Côrte e Lodovici Neto (2009) sobre musicoterapia revela que a música atua diretamente na recuperação da memória, configurando-se como uma terapia auto expressiva de relevância para a prevenção, reabilitação e intervenção na vida dos idosos.

Em conclusão, a prática de atividades lúdicas e educativas é fundamental para promover mudanças no estilo de vida dos idosos proporcionando momentos de bem-estar físico, mental e interação interpessoal, além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida. Tais atividades também contribuem para o desenvolvimento da autonomia, promovem momentos de descontração e estimulam a reflexão acerca da temática abordada (Fleurí et al., 2013; Pinheiro; Gomes, 2014). Para Fleurí et al. (2013, p.51), os benefícios de atividades física, musical, artística, artesanal ou de outra natureza “também repercutem no âmbito social, melhorando o desempenho funcional, mantendo e promovendo a independência e a autonomia daqueles que envelhecem”. Por outro lado, França et al. (2021) destacam que a extensão, como uma via de mão dupla, contribui para a formação dos extensionistas, pois permite que a academia compartilhe seu saber científico, adquirido por meio do ensino e da pesquisa, com diferentes contextos. Além disso, os autores ressaltam que a extensão oferece aos estudantes a oportunidade de praticar habilidades de comunicação com diversos públicos, uma experiência que, muitas vezes, não seria desenvolvida ao longo da graduação sem a prática dessa modalidade.

Considerações finais

Considera-se que as atividades desenvolvidas no âmbito do projeto de extensão Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso tiveram uma contribuição significativa para a saúde e o bem-estar dos envolvidos. Com o avançar da idade, tornam-se mais evidentes os desafios relacionados à saúde física e mental. Nesse contexto, a assistência oferecida pelo projeto mostrou-se essencial para o enfrentamento eficaz dessas dificuldades, promovendo melhorias na qualidade de vida e no bem-estar geral dos idosos. Ademais, a realização de atividades educativas e de lazer contribuiu diretamente para o fortalecimento da autonomia, ao mesmo tempo em que proporcionou suporte social e emocional aos participantes.

Nesse contexto, destaca-se que a arteterapia beneficiou de maneira direta os idosos proporcionando-lhes bem-estar, independência e alegria. As atividades lúdicas realizadas melhoraram a socialização entre os participantes e serviram como uma estratégia eficaz para preencher o tempo, colaborando diretamente para uma melhor qualidade de vida.

Por outro lado, os estudantes envolvidos no projeto também vivenciaram uma série de benefícios que enriqueceram tanto seu desenvolvimento acadêmico quanto pessoal. Dentre esses ganhos, destaca-se a aquisição de competências profissionais fundamentais como comunicação eficaz, trabalho em equipe, liderança, resolução de problemas e tomada de decisões. A interação direta com a comunidade possibilitou aos extensionistas uma compreensão mais profunda das realidades e necessidades de diferentes grupos sociais, favorecendo, assim, o fortalecimento da empatia e do senso de responsabilidade social.

Referências

BENELLI, Silvio José. Goffman e as instituições totais em análise. In: A lógica da interação: instituições totais e disciplinares (des)educativas [online]. São Paulo: Editora UNESP, 2014, p. 23-62. ISBN 978-85-68334-44-7. Available from SciELO Books.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso/Ministério da Saúde – 3ª ed., 2. reimpr. - Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 70 p. ISBN 978-85-334-1845-5 Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estatuto_idoso_3edicao.pdf Acesso em: 13 maio. 2024

BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: Atitude de Ampliação de Acesso. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica 2ª ed. Brasília, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária/Diretoria Colegiada RDC nº 502, de 27 de maio de 2021. Dispõe sobre o funcionamento de Instituição de Longa Permanência para Idosos, de caráter residencial. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 31 mai. 2021.

CÔRTE, Beltrina; LODOVICI NETO, Pedro. A musicoterapia na doença de Parkinson. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 14, p. 2295-2304, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2009.v14n6/2295-2304/pt> Acesso em: 13 maio. 2024

NOTE, Karla Caroline Barbosa; SILVA, Ediney Linhares da; CARNEIRO, Cleide. Uso do storytelling como processo de educação em saúde com idosas institucionalizadas. *RECIMA 21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218*, [S. l.], v. 4, n. 7, p. e473400, 2023. DOI: <https://doi.org/10.47820/recima21.v4i7.3400> Disponível em: Acesso em: 12 maio. 2024.

FLEURÍ, Amanda Caroline P.; ALMEIDA, Ana Carolina S. de; DINIZ, Ana Jovem; et al. Atividades lúdicas com idosos institucionalizados. *Enfermagem Revista*, Belo Horizonte, v. 16, n. 1, p.50-57, 2013. Disponível em: <file:///C:/Users/Acer/Downloads/13018-Texto%20do%20artigo-46690-1-10-20161001.pdf>. Acesso em: 10 maio. 2024

FRANÇA, Franciele Coutinho; SANCHES, Leide da Conceição, CUNHA, Thiago Rocha da; GARBELINI, Maria Cecilia Da Lozzo. Percepção dos acadêmicos de saúde sobre atividades de extensão. *Espaço para a Saúde*, v. 22, 2021. DOI:<https://doi.org/10.22421/1517-7130/es.2021v22.e773>

GARBELINI, Maria Cecilia Da Lozzo; PLATNER, Fernanda da Silva; SILVA, João Victor da; et al. Manual educativo para o autocuidado com os pés com mulheres idosas. In: SANCHES, Leide da Conceição; FORTE, Luiza Tatiana; GARBELINI, Maria Cecilia Da Lozzo (org.). *Entre Rimas, Ações, Relatos, Dinâmicas, Paródias e Cuidados*. 1ª ed. Curitiba, CRV, 2024. p. 105-121.

GIRO, Antonio José Neves da Silva; PAÚL, Constanza. Envelhecimento sensorial, declínio cognitivo e qualidade de vida no idoso com demência. *Actas de Gerontologia*, Porto, v. 1, n. 1, p. 1-10, 2013. Disponível em: file:///C:/Users/Acer/Downloads/Envelhecimento_sensorial_declinio_cogni.pdf Acesso em: 10 maio 2024.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2023, 28 de junho). De 2010 a 2022, população brasileira cresce 6,5% e chega a 203,1 milhões. Agência IBGE Notícias. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/> Acesso em: 10 maio. 2024

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua

– Características dos Moradores e Domicílios (PNAD). 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/> Acesso em: 10 maio. 2024

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; VASCONCELOS, Eliane Maria Ribeiro de; VASCONCELOS, Célia Maria Ribeiro de; et al. Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* v. 23, n. 4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200173>. Acesso em: 17 maio 2024

GUIMARÃES, Andrea Carmen; DANTAS, Estélio H. M.; ROCHA, Cristiano Andrade Quintão Coelho; et al. Ação interdisciplinar com a utilização de exercícios físicos lúdicos na melhoria da autonomia funcional de idosos institucionalizados. *Motricidade*, v. 19, n. 3, 2023. DOI: <https://doi.org/10.6063/motricidade.31479>. Acesso em: 12 maio. 2024

LACERDA, Tatiana Teixeira Barral; NEVES, Ana Paula Miranda; BUARQUE, Giselle Layse Andrade; et al. Geospatial panorama of long-term care facilities in Brazil: a portrait of territorial inequalities. *Geriatrics, Gerontology and Aging*. v. 15, p. 1-8, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1349328>. Acesso em: 12 maio. 2024

MARTINS, Amélia; RODRÍGUEZ, Maria José Cid; MEDEIROS, Maria Tereza Pires de. Intervenção snoezelen em pessoas idosas institucionalizadas: bem-estar e utilidades instantâneas e recordadas. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 109-131, 2017. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i1p109-131> Acesso em: 08 maio. 2024

MEDEIROS, Monica Tritone; SILVA, Elza Maria Tavares. Benefícios da arteterapia para idosos: uma revisão de Nise à pandemia. *Revista Longeviver*, 2021. Ano III, n. 11, Jul/Ago/Set. São Paulo, 2021: ISSN 2596-027X Disponível em: [file:///C:/Users/Acer/Downloads/920-1515-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Acer/Downloads/920-1515-1-SM%20(1).pdf) Acesso em: 08 maio. 2024

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práxis Educacional*, [S. l.], v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. DOI: <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010> Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/pdf/apraxis/v17n48/2178-2679-apraxis-17-48-60.pdf> Acesso. Acesso em: 08 maio. 2024

PINHEIRO, Sarah Brandão; GOMES, Mariana Lima. Efeitos das atividades lúdicas no idoso com alteração do cognitivo leve. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, Salvador, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014. DOI: <https://doi.org/10.17267/2238-2704rpf.v4i1.369> Acesso em: 06 maio. 2024

POMERANZ, Cristiane Tenani. Arteterapia nas Paisagens das Velhices: Método PREAMAR de Intervenção. Dissertação. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo (SP). 2017. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/20397/2/Cristiane%20Tenani%20Pomeranz.pdf>. Acesso em: 06 maio. 2024

RODRIGUES, Vitor; COSTA, Cristiana; CARVALHO, Amâncio; VIDAL, Mariana; CAIADO, Marisa; ANTUNES, Cristina; ALMEIDA, Antonio; ALMEIDA, Carlos. Solidão no Idoso Institucionalizado com Dependência Funcional. *Motricidade*. v. 15, n. 4, p. 36-40, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.20137>. Acesso

em: 09 maio. 2024

ROMERO, Dalia; MAIA, Leo. (2022). A epidemiologia do envelhecimento: novos paradigmas? Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, 2022.

SANCHES, Leide da Conceição; BASTOS, Fernanda de Andrade Galliano Daros; MANCARZ, Grazielle Francine Franco; et al. Trajetória do Projeto Educar para Prevenir sobre Educação em Saúde nas Escolas e na Comunidade. In: ROZIN, Leandro; SANCHES, Leide da Conceição; FORTE, Luiza Tatiana; GARBELINI, Maria Cecília Da Lozzo (org.). Projetos de Extensão das Faculdades Pequeno Príncipe: uma trajetória a compartilhar. 1ª ed. Curitiba: CRV, 2020. p.45-60.

TOLEDO, Marcia Muniz Brilhante de. A contação de história e a arte para a melhor idade. Revista Primeira Evolução, São Paulo, Brasil, v. 1, n. 28, p. 49-53, 2022. DOI: <https://doi.org/10.52078/2675-2573.rpe.28.2022.art.251> Disponível em: <https://primeiraevolucao.com.br/index.php/R1E/article/view/251>. Acesso em: 08 maio. 2024

Recebido em 28 de mar. de 2024.

Aceito em 25 de março de 2025