

A universidade e a comunidade sem fronteiras: relato de experiência de atividade realizada com adultos e idosos

*Anna Victória Maurer Ravaglio¹, Natalia Ferreira¹,
Júlia Ciola Kapfenberger², Maria Cecilia Da Lozzo
Garbelini³, Leide da Conceição Sanches⁴*

Resumo: *A extensão universitária cumpre um papel crucial na construção de pontes entre a academia e a sociedade, promovendo a troca entre o conhecimento científico e o popular, a inclusão social e o desenvolvimento humano. Objetivou-se relatar a experiência de intervenção com idosos institucionalizados e com adultos cuidadores, por meio de atividades lúdicas, de forma a contribuir com o resgate da autoestima, memória, comunicação e interação social. O estudo descritivo apresenta a vivência das autoras no âmbito do projeto de extensão Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso. Pela realização das atividades, experienciou-se que houve avanço significativo na autoestima e na socialização dos/das participantes. O projeto é um exemplo concreto de como as iniciativas extensionistas podem promover mudanças positivas, tanto nos indivíduos atendidos quanto nos acadêmicos, promovendo a reflexão sobre os problemas sociais e contribuindo para a construção de uma sociedade mais inclusiva e solidária.*

Palavras-chave: *Promoção da saúde. Instituição de longa permanência para idosos. Arteterapia.*

Área Temática: *Saúde.*

The university and the community without borders: experience report of an activity carried out with adults and the elderly

Abstract: *University extension plays a crucial role in building bridges between academia and society, promoting the exchange between scientific and popular knowledge, social inclusion and human development. The objective was to report the intervention experience with institutionalized elderly people and with adult caregivers through playful activities, in order to contribute to the recovery of self-esteem, memory, communication and social interaction. The descriptive study presents the authors' experience within the scope of the Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso extension project. By carrying out the activities, it is believed that there was a significant advance in the self-esteem and socialization of the participants. The project is a concrete example of how extension initiatives can promote positive changes, both in the individuals served and in academics, promoting reflection on social problems and contributing to the construction of a more inclusive and supportive society.*

Keywords: *Health promotion. Long-stay institution for the elderly. Art therapy.*

¹ Mestranda do Programa Ensino nas Ciências da Saúde (PECS) - Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

² Graduanda de Medicina da Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

³ Docente do PECS na Faculdades Pequeno Príncipe (FPP). E-mail: ceciliagarbelini@hotmail.com.

⁴ Docente do PECS na Faculdades Pequeno Príncipe (FPP).

La universidad y la comunidad sin fronteras: relato de experiencia de una actividad realizada con personas adultos y mayores

Resumen: *La extensión universitaria juega un papel crucial en la construcción de puentes entre la academia y la sociedad, promoviendo el intercambio entre el conocimiento científico y popular, la inclusión social y el desarrollo humano. El objetivo fue relatar la experiencia de intervención con ancianos institucionalizados y con cuidadores adultos a través de actividades lúdicas, con el fin de contribuir a la recuperación de la autoestima, la memoria, la comunicación y la interacción social. El estudio descriptivo presenta la experiencia de los autores en el ámbito del proyecto de extensión Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso. Al realizar las actividades se cree que hubo un avance significativo en la autoestima y socialización de los participantes. El proyecto es un ejemplo concreto de cómo las iniciativas de extensión pueden promover cambios positivos, tanto en las personas atendidas como en los académicos, promoviendo la reflexión sobre los problemas sociales y contribuyendo a la construcción de una sociedad más inclusiva y solidaria.*

Palabras clave: *Promoción de la salud. Institución de larga estancia para personas mayores. Arteterapia.*

INTRODUÇÃO

O contexto em que foi realizada a atividade que culminou no presente relato de experiência foi uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), onde se reuniram estudantes de diferentes graduações em saúde e de mestrado, de uma Instituição de Ensino Superior (IES), que sedia o projeto de extensão Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso. A parceria entre as duas instituições possibilitou o laço relacional entre os estudantes e a comunidade em questão, que foi fundamental para o estabelecimento de vínculo. Salienta-se que o vínculo se dá pela construção de relação de confiança entre as partes, que só é possível a partir da vivência e da convivência, com atitude de aprender a aprender, para reorientar a saúde a partir do conhecimento popular e das necessidades apontadas pela comunidade com a qual se trabalha e mantém parceria.

A integração do ensino com a comunidade é uma prática imprescindível, uma vez que, em função das alterações do perfil demográfico e epidemiológico da população, que exigem práticas em saúde mais complexas, levam a transformações no ensino das profissões da área da saúde. O aumento da expectativa de vida da população clama por profissionais de saúde qualificados para lidar com a dor e o sofrimento humano (Villardi; Cyrino; Berbel, 2015).

Assim, pergunta-se, “como articular teoria e prática, a partir de problemas de saúde que sejam reais, vividos, tangíveis, em uma visão crítica da realidade?”. Considerando que a extensão universitária, além de outras práticas, deve levar o estudante, segundo Paim (1996), a uma formação que o capacite para analisar os contextos em que se inserirem ou forem inseridos, exercitando a atenção aos problemas e às necessidades de saúde e às intervenções realizadas.

Ademais, compreendendo que as atividades extensionistas são indissociáveis do ensino e pesquisa (Brasil, 1988), o presente projeto de extensão tem como objetivo promover a educação em saúde para pessoas idosas, com base em temas atuais, por meio de atividades desenvolvidas por acadêmicos da IES que sedia o projeto, em parceria com o Programa de Mestrado em Ensino nas Ciências da Saúde dessa instituição. As atividades desenvolvidas pelos atores envolvidos no projeto priorizam a arteterapia, que surge como um método terapêutico

utilizado em diversas áreas, incluindo a Psicologia e a Medicina, tendo como finalidade utilizar a linguagem artística como base da comunicação terapeuta-paciente. Seu fundamento é a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde, pois usa a atividade artística como instrumento de intervenção profissional para a promoção da saúde e da qualidade de vida (Reis, 2014). Dessa maneira, o desafio consiste em não só levar as informações em saúde, mas torná-las reflexivas, sendo este o propósito do projeto em questão, de planejar e promover ações por meio da comunicação em saúde, a partir do levantamento dos problemas pela própria comunidade, visando atender às suas reais necessidades.

OBJETIVO

Propõem-se, por meio do presente relato, apresentar as experiências vivenciadas por meio da comunicação em saúde, em uma ILPI, realizadas no segundo semestre de 2023.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência que descreve a vivência das autoras no âmbito de um projeto de extensão de saúde do adulto e do idoso, vinculado a uma IES privada localizada na cidade de Curitiba-PR. O relato de experiência foi baseado no estudo de Mussi, Flores e Almeida (2021), os quais apresentam que os relatos almejam obter, além do conhecimento vivido, a valorização, por meio do emprego crítico-reflexivo, com apoio teórico-metodológico, dos fundamentos e explicações da experiência. Os autores consideraram o relato de experiência como expressão registrada de vivências, capaz de colaborar na produção de conhecimentos das mais variadas temáticas, com reconhecida relevância de discussão sobre o conhecimento apresentado.

O projeto envolveu estudantes de graduação dos cursos de Medicina, Biomedicina, Farmácia, Enfermagem e Psicologia, além de estudantes do programa Pós-Graduação *Stricto Sensu* Mestrado em Ensino nas Ciências da Saúde da IES.

As atividades tiveram como base metodológica o Arco de Maguerez, que é uma metodologia de problematização cuja utilização iniciou-se no Brasil com os movimentos populares, tendo Paulo Freire (1921-1997) como precursor, no fim dos anos 50 e início dos anos 60 (Villardí; Cyrino; Berbel, 2015). O Arco de Maguerez possui cinco etapas, que são: a observação da realidade, os pontos-chave, a teorização, as hipóteses de solução e a aplicação à realidade.

O primeiro passo do arco possibilitou, no presente relato, a sensibilização dos estudantes para conhecerem a realidade sobre o cenário no qual as intervenções foram executadas, transformando essas ações em práticas educativas (Silva *et al.*, 2020). A partir da compreensão dos problemas que foram identificados no cenário da ação, levantou-se os pontos-chave, que é o segundo passo do Arco de Maguerez, tais como: limitação de movimentos, sofrimento e depressão. O levantamento desses pontos conduziu os estudantes ao estudo em

aprofundamento da temática, representando o terceiro passo do arco. O estudo em profundidade foi realizado a fim de buscar algumas hipóteses de solução, ou seja, trabalhar a autoestima e desenvolver atividades que estimulem movimentos. Essa etapa se apresenta como o quarto passo. O quinto passo do Arco de Maguerez, representado pela aplicação à realidade, conduziu às atividades que foram desenvolvidas no segundo semestre de 2023, na ILPI da cidade de Curitiba-PR. Nesse encontro, os extensionistas inicialmente executaram as práticas com os idosos e, posteriormente, com os cuidadores, representados pelos enfermeiros e pelos técnicos de enfermagem da instituição.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As reuniões para planejamento do encontro ocorreram ao longo do segundo semestre de 2023 e tiveram embasamento segundo as necessidades identificadas no próprio local da intervenção. O lar abriga 30 moradores, entre homens e mulheres, com diversas demandas de saúde, incluindo dificuldades de compreensão, problemas de memória e alta prevalência de diabetes e hipertensão. Os moradores com distúrbios cognitivos participaram, até os seus limites, das atividades extensionistas, de acordo com suas vontades.

Após discussões e debates, definiu-se que as atividades para os idosos teriam por objetivo estimular a interação social, o controle motor fino e as percepções sensoriais. Com foco na parte prática, as ações foram propostas pensando nos benefícios para os idosos com inclusão de exercícios de Qigong, para mobilidade e controle da respiração, pintura de mandalas, colagem, confecção de uma árvore da vida com as digitais e uma roda de música com violão.

O Qigong é uma prática integrativa e complementar (PIC) incluída no Sistema Único de Saúde (SUS) e originária da Medicina Tradicional Chinesa. (Brasil, 2006; Toneti *et al.*, 2020).

De acordo com Toneli *et al.* (2020), o Qigong trata-se de exercícios que envolvem práticas mente-corpo com alto índice de reconhecimento por seus benefícios à saúde, que incluem melhoria do sistema respiratório, circulatório e cognitivo. Ainda, promovem relaxamento e evolução psicossocial, com melhora da depressão em adultos e idosos, redução de sinais relativos ao estresse, dentre outros. Tais aspectos positivos se apresentam pela conexão entre mente/atenção com foco na respiração e movimentos corporais. Segundo os autores, alguns estudos apontam que o Qigong pode acentuar o nível de tolerância e diminuir a percepção da dor, principalmente em adultos.

Lee *et al.* (2022), ao analisar os desfechos sobre estudos publicados utilizando o Qigong, demonstram os efeitos benéficos em várias faixas etárias e condições de saúde. Desses estudos, participaram pacientes com doenças cardiovasculares, com diferentes tipos de câncer, pessoas com uma série de distúrbio de mobilidade e com diferentes qualidades de vida e, também, com alteração nas taxas de triglicédeos e pressão arterial.

As demais atividades realizadas foram baseadas no estímulo de funções sensoriais, cognitivas e motoras para os idosos, objetivando a manutenção da capacidade cognitiva e melhor qualidade de vida. Dessa forma,

utilizou-se da arteterapia, processo terapêutico que utiliza a arte, para permitir o estímulo das funções citadas além da melhoria das relações sociais dos idosos. São vários os recursos utilizados na arteterapia, muitos dos quais foram aplicados na ação do projeto como pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem, escrita criativa, música *etc.* Estes permitem que a pessoa idosa possa expressar seus sentimentos e emoções, trabalhar sua coordenação motora, criatividade e resgatar memórias afetivas. Por fim, quando a arteterapia é realizada em grupo, ela previne o isolamento social e auxilia no senso de pertencimento (Jardim *et al.*, 2020).

Em uma destas atividades, usando uma folha de papel sulfite branca, foi construída a árvore da vida a partir de um desenho de um tronco de árvore e seus galhos. Cada participante foi convidado a carimbar as suas digitais nos galhos da árvore como se fossem as folhas (Figura 1).



Figura 1 – Árvore da vida elaborada com as digitais dos idosos.

Fonte: Autoria própria.

As atividades com os idosos foram conduzidas no espaço de convivência designado para eles, onde todos permaneceram confortavelmente sentados durante aproximadamente duas horas. Durante este período, a maioria dos idosos interagiu de forma positiva com os extensionistas e participou ativamente das atividades propostas. Alguns necessitaram de auxílio dos estudantes, mas a maioria conseguiu participar plenamente das oficinas. Ao longo do tempo, observou-se um aumento significativo na interação entre os estudantes e os idosos, com diálogos fluindo naturalmente.

Já as atividades destinadas aos cuidadores foram realizadas em uma sala reservada, na mesma ILPI. No entanto, houve uma adesão menor do que o esperado, com apenas três cuidadores participando, pois, os demais estavam envolvidos em atividades cotidianas e não poderiam se ausentar. Apesar do número reduzido, os profissionais cuidadores engajaram-se em todas as atividades propostas. Para não interferir significativamente

em suas rotinas, a duração dessas atividades foi mais curta. Foram propostas atividades voltadas para o bem-estar e relaxamento. Incluíram-se sequências de Qigong para melhoria da respiração e circulação, uma oficina de *origami*, na qual foram feitos *Tsurus*, que simbolizam saúde e felicidade (Figura 2), e a explicação sobre escalda-pés com posterior distribuição de sal grosso e ervas medicinais para promover relaxamento e bem-estar.



Figura 2 – Oficina de *origami* com cuidadores.

Fonte: Autoria própria.

O *Origami*, por sua vez, é uma arte japonesa secular que consiste na criação de figuras diversas a partir de dobras geométricas de papel, sem cortar ou colar. A variação de figuras se dá a partir da complexidade das dobras. A figura mais clássica, o *Tsuru*, é considerada ave sagrada no Japão, e presentear alguém com ela é desejar-lhe saúde, boa sorte, longevidade e fortuna.

Embora as atividades possam parecer simples, sua importância reside na promoção da saúde das pessoas idosas, que ao participarem ativamente das atividades, relataram ter esquecido os problemas e dores que os afligem. Ainda ressalta-se a interação social entre diferentes gerações, contribuindo para a formação dos graduandos e mestrandos envolvidos no projeto. Além disso, essas atividades ajudaram a desenvolver empatia e sensibilidade para as necessidades individuais dos participantes. Destaca-se que as atividades para os idosos e os cuidadores ocorreram no mesmo dia, porém, em momentos distintos.

CONCLUSÕES

Pela realização das atividades, houve avanço significativo na autoestima e na socialização dos/das participantes. A realização das ações extensionistas do projeto de extensão Educar para Prevenir Saúde do Adulto e do Idoso foi gratificante e, ao mesmo tempo, desafiadora, pois durante a execução das práticas sempre houve necessidade de adaptações no decorrer das oficinas, tendo em vista que os idosos podem demonstrar interesses, ou não, para a prática das ações propostas. Quanto à oficina de *origami*, proposta para os cuidadores, houve aceitação, mas também sentimos diferentes graus de dificuldade na execução. Entretanto, houve grande interação entre os participantes, com um aumento significativo da socialização.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006.
- BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 1988.
- JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; VASCONCELOS, Eliane Maria Ribeiro; VASCONCELOS, Célia Maria Ribeiro de; POTTES, Fábila Alexandra Alves; ROCHA, Karyanna Alves de Alencar; MEDEIROS, Eduarda Gayoso Meira Suassuna de. Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, [s.l.], v. 23, n. 4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200173>.
- LEE, Su Hyeon; JEON, Yerim; HUANG, Ching Wem; CHEON, Chunhoo; KO, Seong Gyu. Qigong and Tai Chi on human health: an overview of systematic reviews. *The American Journal of Chinese Medicine*, [s.l.], v. 50, n. 8, p. 1995-2010, 2022. DOI: [10.1142/S0192415X22500859](https://doi.org/10.1142/S0192415X22500859).
- MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Revista Práxis Educacional*, [s.l.], v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. DOI: <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010>.
- PAIM, Jairnilson Silva. A situação de saúde no Brasil e os modelos assistenciais. In: SBPC. 4ª Reunião Especial da SBPC – “Semi-árido: no terceiro milênio, ainda um desafio”. XI Jornada Universitária da UEFS. 24 a 28 de novembro de 1996. Feira de Santana, Bahia. Anais, 1996. Disponível em: <https://sbpcacervodigital.org.br/server/api/core/bitstreams/4b7b3e7a-ac51-4174-aae2-45a288e06f1f/content>. Acesso em: 29 de nov. 2024.
- REIS, Alice Casanova dos. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do psicólogo. *Psicologia: Ciência e Profissão*, [s.l.], v. 34, n. 2, p. 142-157, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>.
- SILVA, Luiz Alberto Ruiz da; COSTA, Paulo Ramsés da; SALES, Cibele de Moura; PIVETA JUNIOR, Orides; RENOVATO, Rogério Dias. O Arco de Magueréz como metodologia ativa na formação continuada em saúde. *Interfaces Científicas – Educação*, Aracaju, v. 8, n.3, p. 41-54, 2020. DOI: <https://doi.org/10.17564/2316-3828.2020v8n3p41-54>.

TONETI, Bruna Francielle; BARBOSA, Rafael Fernando Mendes; MANO, Leandro Yukio; SAWADA, Luana Okino; OLIVEIRA, Igor Goulart de Oliveira; SAWADA, Namie Okino. Benefícios do Qigong como prática integrativa e complementar para a saúde: revisão sistemática. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 28, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3718.3317>.

VILLARDI, Marina Lemos; CYRINO, Eliana Goldfarb; BERBEL, Neusi Aparecida Navas. Mudança de paradigma no ensino superior em saúde e as metodologias problematizadoras. *In: A problematização em educação em saúde: percepções dos professores tutores e alunos [online]*. São Paulo: Editora UNESP, p. 23-44, 2015. ISBN 978-85-7983-662-6.

Submetido em: 28/05/2024 Aceito em: 14/08/2024.