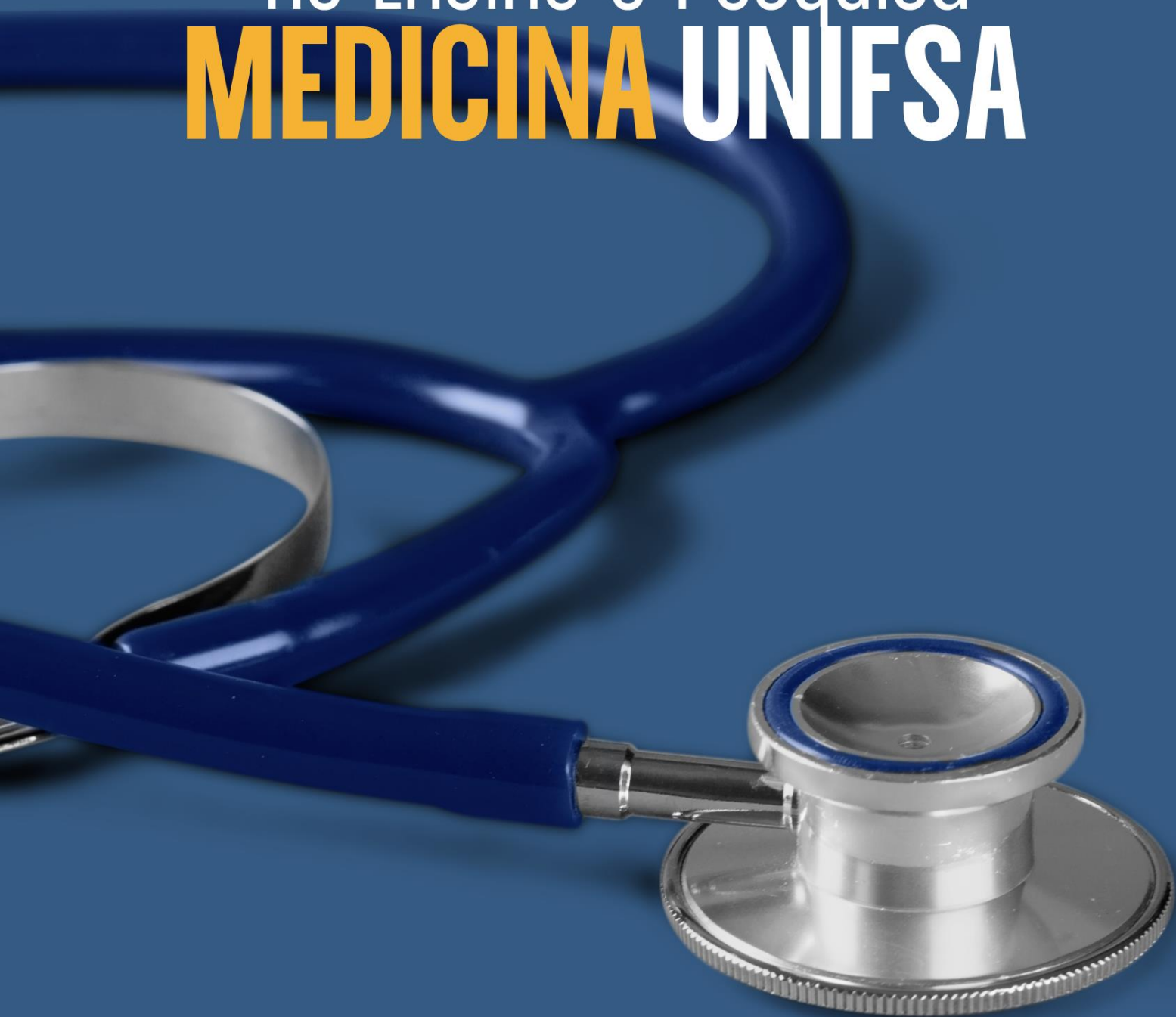


ALISSON DIAS GOMES
IZABEL HERIKA GOMES MATIAS CRONEMBERGER

Práticas Exitosas no Ensino e Pesquisa **MEDICINA UNIFSA**





ALISSON DIAS GOMES
IZABEL HERIKA GOMES MATIAS CRONEMBERGER

Práticas Exitosas no Ensino e Pesquisa **MEDICINA UNIFSA**





CENTRO UNIVERSITÁRIO SANTO AGOSTINHO – UNIFSA
PRÓ-REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE ENSINO
NÚCLEO DE PUBLICAÇÕES ACADÊMICAS

Este livro é uma produção © NPA / UNIFSA

Publicação digital pela Editora Lestu

Supervisão Editorial: Ana Kelma Cunha Gallas

Artes e Capa: Odrânio Rocha

Diagramação: Edson Rodrigues Cavalcante

EDITORA LESTU



Editora, Gráfica e Consultoria
Ltda

Contato: editora@lestu.org

site: www.lestu.com.br

Livraria: www.lestu.org



Este título é publicado sob a licença *Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0* (CC BY-NC-ND 4.0) e segue o modelo de Acesso Aberto (*Open Access*), que disponibiliza artigos e livros acadêmicos gratuita e irrestritamente na internet. Disponível em: www.lestu.org

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Biblioteca Antônio de Pádua Emérito

Elaborada por Lílian Farias Pinto - CRB-3/1271

AN532 Práticas exitosas no ensino e pesquisa – Medicina UNIFSA / organizado por Alisson Dias Gomes; Izabel Herika Gomes Matias Cronemberger; Edjôfre Coelho de Oliveira; Antonieta Lira e Silva; Indira Maria de Melo Lira Pereira da Silva. – Teresina : Centro Universitário Santo Agostinho – UNIFSA / Editora Lestu, 2025.

180 p. : il. ; recurso eletrônico (PDF).

ISBN: 978-65-983771-3-7

DOI: 10.51205/lestu.978-65-983771-3-7

1. Medicina. 2. Educação médica. 3. Pesquisa científica. 4. Inovação em saúde. 5. Ensino superior. I. Gomes, Alisson Dias (org.). II. Cronemberger, Izabel Herika Gomes Matias (org.). III. Oliveira, Edjôfre Coelho de (org.). IV. Lira e Silva, Antonieta (org.). V. Silva, Indira Maria de Melo Lira Pereira da (org.). VI. Título. VIII. UNIFSA

CDD: 610

Índices para catálogos sistemáticos

Medicina. Educação médica. Pesquisa científica. Inovação em saúde. Ensino

RELATO DE EXPERIÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO EM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: ARTE E VIDA NA MELHOR IDADE*

Bruna Freire Mendes Ramos
Evaldo da Silva Júnior | r
Izabel Luani dos Anjos
Luisa Emanuelly Moura Teixeira
Sarah Pereira da Silva
Valdir Ribeiro Cardoso Neto
Alisson Dias Gomes
Izabel Herika Gomes Matias Cronemberger

* Relato de Experiência construído nas disciplinas “Projeto Extensão, Pesquisa e Ensino I” e “Método Científico e Medicina baseada em evidências I”, ministradas em 2025, pelos professores doutores Alisson Dias Gomes e Izabel Herika Gomes Matias Cronemberger, no Curso de Medicina do Centro Universitário Santo Agostinho, Teresina (PI).

RESUMO

O projeto de intervenção “Arte e Vida na Melhor Idade” foi realizado no Centro Social Padre Arrupe, envolvendo pessoas idosas. O objetivo foi informar sobre a saúde emocional, destacando sua importância no cotidiano dos idosos, por meio de atividades lúdicas e artísticas que incentivaram a expressão de sentimentos e a troca de experiências. Baseado na metodologia de Paulo Freire, as ações incluíram acolhida, pintura da “Árvore da Vida”, dramatização, roda de conversa, alongamento, caça-palavras e confraternização. A intervenção ocorreu em um ambiente acolhedor e interativo, promovendo escuta ativa e valorização pessoal. Destacou-se o protagonismo dos participantes, que compartilharam vivências e demonstraram envolvimento nas atividades. O projeto evidenciou o potencial da arte como recurso para abordar questões emocionais, oferecendo aos idosos um espaço de reflexão e expressão. Para a equipe, a experiência contribuiu para o desenvolvimento profissional, reforçando a importância do atendimento humanizado e do respeito às singularidades da pessoa idosa. Dessa forma, a intervenção contribuiu para a autonomia, o bem-estar e o fortalecimento dos laços afetivos entre os participantes.

Palavras-chave: Saúde Emocional; pessoas idosas; arte; vida.

1 INTRODUÇÃO

O projeto de intervenção Arte e Vida foi realizado dia 12 de maio de 2025, um dia após o Dia das Mães, fato que deve ser considerado pois exerceu influência direta durante a realização do projeto, no Centro Social Padre Arrupe. O centro era, originalmente, um posto de saúde, mas desde 2019 o local ficou sob os cuidados da assistência social e se tornou um centro de convivência que trabalha exclusivamente com a terceira idade, sendo o mais frequentado da região por esse público, acompanhando mais de 300 idosos.

Seu objetivo é trabalhar o envelhecimento ativo e saudável, através de atividades que abordam diversos temas, como a inclusão digital, violência, os direitos da pessoa idosa, solidão, e o combate ao isolamento social. Tendo em vista as mudanças que a fase idosa carrega, geradas pela quebra da rotina, perda de vínculos, amigos, trabalho, tudo isso exige uma readaptação que muitas vezes pode gerar um sentimento de inutilização o que causa tristeza e, na maioria das vezes, isolamento. O intuito do centro de convivência é fazer os frequentadores perceberem que eles ainda possuem autonomia. É promover um ambiente acolhedor e possibilitar a formação de laços comunitários e de amizade.

O projeto envolveu um grupo composto por 19 idosos, integrantes assíduos do centro social e teve como objetivo estimular o entendimento sobre saúde emocional e sua importância no cotidiano da pessoa idosa, além de incentivar a troca de experiências, de sentimentos pessoais e coletivos por meio da arte e do diálogo, construindo um espaço lúdico e interativo de aprendizagem que fortaleça a saúde emocional, a fim de sensibilizá-los acerca da importância do tema abordado.

Nesse sentido, com base em dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) é reconhecido que 15% da população idosa do Brasil sofre com transtornos socioemocionais, como ansiedade e depressão. Em vista disso, o grupo viu a importância de conversar com as pessoas idosas sobre essa temática e, em especial, escutá-los sobre suas experiências, vivências e rotina, e sobre hábitos que ajudam a lidar com as suas emoções no cotidiano.

Além disso, segundo Paulo Freire, a arte, como prática de reflexão e expressão, tem o poder de auxiliar indivíduos em contextos de vulnerabilidade, como os idosos, a resgatar sua autoestima e a reconectar-se com suas emoções. Essa prática permite que o idoso expresse sentimentos que muitas vezes são difíceis de verbalizar, possibilitando a reconstrução de sua identidade e dignidade. "A arte, enquanto meio de expressão, ajuda o indivíduo a recuperar a sua voz e a perceber-se como um ser capaz", em vista disso, percebemos o valor de discutir a importância das artes dentro da chamada melhor idade.

Portanto, chegamos ao consenso sobre o efeito das artes na regulação das emoções e de sua importância na expressão de tudo aquilo que se passa internamente dentro de cada pessoa, resultando na percepção da riqueza desse contexto.

2 METODOLOGIA

A intervenção ocorreu no turno da manhã, com duração de 1h40, embasada na educação popular do educador Paulo Freire.

A atividade foi iniciada às 8h20, com cada idoso recebendo uma etiqueta com o seu nome, após esta etapa inicial, colocaram sua digital através do uso de tinta

guache para compor a “Árvore da Vida”, inserindo, também, o nome da pessoa abaixo da sua pintura, com o intuito de criar um vínculo e sensação de participação.

Em seguida, nos apresentamos e demos uma pequena introdução da temática que será retratada com linguagem acessível e melhor abordada durante o desenvolvimento do projeto, em seguimento fizemos um alongamento guiado com movimentos simples e seguros, além de respeitar o tempo de cada praticante, visto que entendemos a importância da atividade para promover o despertar do corpo.

Na próxima etapa, realizamos uma dramatização criada por nós e composta por três participantes de forma voluntária, que retrata a história de uma idosa que passava por sentimentos de tristeza e solidão, encontrando felicidade e autoestima ao se envolver novamente com a dança. A peça foi o gatilho inicial para abrir a roda de conversa guiada pelo banner, falamos sobre saúde emocional e escutamos o que os integrantes relataram das suas histórias, das suas experiências e das suas vivências pessoais. Além disso, nesse momento explicamos para eles o valor das artes como um ponto para o cuidado da saúde emocional e como ela auxilia na expressão pessoal e seu valor nas nossas vivências.

Por fim, realizamos uma atividade de caça-palavras com palavras-chaves (felicidade, arte, coragem, abraço, vínculo e amizade) citadas na roda de conversa, os participantes se dividem em grupos de 3 ou 4 integrantes e recebem um caça palavras. Após cada grupo concluir a atividade, passamos uma caixa com três emojis que significam muito satisfeito, satisfeito e insatisfeito para os participantes avaliarem o que acharam da manhã vivenciada conosco. Assim, a intervenção encerrou com um momento de socialização com lanche, que os idosos usaram para agradecer e conversar, fortalecendo os vínculos criados durante a manhã com os relatos e apresentações, o que reforçou a importância desse projeto e do trabalho realizado pelo centro.

3 DESENVOLVIMENTO

Começamos a desenvolver o projeto em abril, com a primeira visita para conhecer o espaço no dia 10, após a visita pudemos planejar melhor a decoração que seria utilizada para a recepção e para proporcionar um acolhimento caloroso e

bem estruturado para o grupo que trabalharíamos. No dia 6 de maio, retornamos ao centro para convidar pessoalmente o público idosos e deixar um cartaz que ficaria exposto durante a semana, nesse dia tivemos o primeiro contato com eles e observamos o quanto são ativos, criativos e acolhedores.

Nossa última reunião antes do projeto foi realizada no dia 11 de maio, no domingo das mães, nos reunimos para realizar os últimos ajustes referentes a decoração e aos materiais que seriam utilizados na execução da ação, além de conversarmos para espantar o nervosismo de realizar o nosso primeiro projeto de intervenção, que tem como tema a saúde emocional, sua importância e o valor das artes, em especial dentro da realidade das pessoas idosas.

Chegamos às 7h e começamos a organizar o ambiente, com as cadeiras em meia-lua, espaço de acolhimento com a árvore da vida, a entrada com o arco de balões e o nome “sejam bem-vindos”, ao som de “*Hear me now*” do DJ Alok tocando suavemente. A princípio, iniciaríamos às 8h, mas por conta da greve dos ônibus atrasamos 20 minutos para esperar a chegada de mais participantes ao Centro, 26 idosos se inscreveram na atividade proposta, mas em virtude desse contratempo 19 idosos estiveram conosco no Projeto. Apesar do imprevisto, isso proporcionou uma maior abertura, expressão e vários relatos dos mesmos para conosco diante do ambiente tranquilo e acolhedor conquistado ao longo das dinâmicas.

Iniciamos colocando uma etiqueta com os nomes dos participantes e logo após eles foram direcionados à árvore da vida, onde escolheram uma cor de tinta guache e colocaram a sua digital na tela, como sinal de pertencimento ao local, visto que seu nome seria escrito, gerando a ideia de que eles também são protagonistas e a sensação de participar efetivamente do projeto conosco. Em seguida, eles receberam uma flor confeccionada pelo grupo com papel kraft colorido e foram direcionados para a meia-lua.

Logo após, nós nos apresentamos, introduzimos o tema e o nome do nosso projeto. Em seguida, realizou-se o alongamento ao toque da música “Felicidade” do Seu Jorge, que gerou descontração e sorrisos, com movimentos guiados feitos com balões, que promove um maior divertimento, além de auxiliar na prática e colorir o ambiente. Nesse cenário, surge o bordão divertido feito por um dos integrantes: “Sorria, sorria, alegria!”, permitindo que muitos idosos se soltassem e

participassem da atividade, que ajudou a relaxar e liberar a tensão e fizemos um abraço coletivo que foi eternizado pelas fotos de Érika Sousa, fotógrafa profissional convidada pela equipe para registrar o desenvolvimento do projeto.

No próximo momento, realizamos uma dramatização feita pelos discentes que teve a participação de 3 idosos escolhidos de forma voluntária antes de seu início. A peça serviu de abertura para introduzir o tema saúde emocional, visto que foi exposto uma senhora que sofria os dilemas da terceira idade e se reencontrou através da dança. Utilizamos um *banner* para discutir sobre o valor da saúde emocional, hábitos de cuidado, a contribuição das artes e como procurar ajuda.

A roda de conversa após a peça casou bem com a temática, pois os participantes visualizaram um cenário de uma pessoa que sofria com questões emocionais que afeta, às vezes, a saúde mental, e foi tomada como base para muitos deles contarem sua realidade, o que sentiam e como lidavam no dia a dia deles com as mudanças de humor, visto que segundo o Ministério da Saúde, em 2023, o Disque 100 registrou mais de 37 mil violações de negligência contra a pessoa idosa.

Ao longo dos vários relatos de experiências dos idosos, sentimos a felicidade de conseguir um canal de abertura, pois eles se sentiram confortáveis para expressar seus conhecimentos e vivências, em especial quando duas participantes realizaram uma homenagem para o Dia das Mães, que causou risos e lágrimas.

Nesse viés, através das perguntas, das partilhas e dos conselhos, percebemos que muitas vezes as experiências deles não são valorizadas pela própria família, o que pode afetar diretamente a sua saúde emocional.

Nesse sentido, conseguimos falar sobre saúde emocional, apresentar que ela compõe um eixo da saúde mental, em conjunto com a importância das artes para expor os seus sentimentos. Apesar do tema proposto, a discussão não se limitou somente a isso, abordamos temas como família, vínculos, sobre como participar do Centro Social auxilia na regulação emocional e sobre a diferença geracional, que nos fez perceber como as gerações mais novas acabam subestimando os mais velhos, pois frequentemente somos cegados pela percepção de que as pessoas idosas são frágeis e vulneráveis.

Além disso, vale ressaltar a contribuição da fotógrafa Érika com um relato pessoal, que serviu como um estímulo para o enriquecimento das discussões e

impulsionou um momento reconfortante para o público escolhido, no qual provocou emoções e motivou novos relatos dos outros participantes que ainda não estavam seguros para falar de suas experiências. Ademais, a disposição das cadeiras em meia-lua corrobora uma melhor visualização de todos os participantes e reforça a ideia de unidade para discutir o tema e gerar o conforto em cima de uma temática delicada.

No momento seguinte, organizamos os participantes em grupo de 3 e 4 para realizar a atividade do caça palavras com termos que envolvem o nosso projeto, como vínculo, coragem, felicidade, abraço, arte e amizade com auxílio dos membros, através de incentivos, mas sem retirar o protagonismo deles de encontrar as palavras com autonomia e trabalho em grupo. Nesse momento, passamos a caixa de avaliação com a entrega de três emojis para que as pessoas idosas avaliassem o que acharam do projeto, das dinâmicas e do tema proposto, em conjunto com entendimento do tema e da sua importância ao longo da vida.

No término do caça palavras disponibilizamos salada de frutas e entregamos um chaveiro com a logo do nosso projeto e nossos nomes, para que, de uma forma carinhosa e simbólica, os 19 participantes do dia lembrassem da nossa dinâmica e da conversa com troca de conhecimentos e experiências feitas nesse dia.

Durante o lanche escutamos mais algumas histórias, em especial daqueles que gostam de ser escutados e nem sempre possuem esse momento na sua família ou residência, acompanhadas de agradecimentos e abraços calorosos. Depois, em reunião com o grupo, notamos o quanto os 19 participantes ficaram satisfeitos e alegres com a nossa fala, escuta e acolhimento, inclusive nos convidaram a retornar ao centro para novas atividades, o que encantou nossos corações, por sabermos que de fato realizamos algo que no primeiro momento parecia difícil aos nossos olhos e pensamentos.

É importante frisar que, antes de iniciar o projeto, a tensão e ansiedade estavam conosco, por temer que as coisas não saíssem como o planejado, mas a nossa união possibilitou que as atividades e propostas fluíssem da melhor forma. Algumas adaptações foram necessárias, em especial pela quantidade de participantes que foi abaixo da prevista e o atraso inicial, mas que ao longo da manhã trouxe uma nova perspectiva, já que possibilitou uma maior aproximação e criação de vínculos, comprovados pelos abraços, sorrisos e lágrimas de felicidade.

Conhecer a metodologia de educação popular de Paulo Freire com as formas de atrair o público, formar momentos de gatilhos para iniciar novas propostas facilita as interações e comporta a ideia de que nada ocorre por acaso e que tudo, mesmo com alguns imprevistos, acontece de acordo com a união, energia leve e tranquilidade para preparar não um debate sobre saúde emocional, mas uma troca de aprendizado, pois cada pessoa possui seu próprio conhecimento que quando expostos se complementam.

Nós, discentes, apresentamos a parte técnica e testemunhamos a parte prática do cuidado da saúde emocional. Através dos participantes que praticam rapel e trilhas, das senhoras que cantam, dos senhores que cozinham, daqueles que jogam jogos de tabuleiros ou praticam atividades físicas regularmente, das senhoras que costuram, dançam e fazem o artesanato no próprio centro, eles demonstram na prática o papel da arte no cuidado emocional, pois já dizia o ditado: “quem canta os males espanta”, como foi bem colocado por um dos participantes do projeto.

Aprendemos muito com os integrantes do Padre Arrupe, vimos a beleza do centro de idosos e como ele ajuda tantas pessoas que estão na melhor idade a perceber que ser idoso não é sinônimo de fragilidade ou de se entregar, mas de reaprender um novo jeito de ver a vida, e que, muitas vezes, o que parece o fim, na verdade, pode ser o começo de novas realidades.

Nessa perspectiva, cada foto, sorriso e abraço marcam a nossa memória e trouxe, através da disciplina de PEPE I, a importância de praticar a escuta humanizada, de olhar nos olhos de nossos participantes, possibilitando um contato mais próximo com a comunidade e a compreensão de que cada um carrega conhecimentos que podem ser compartilhados e contribuem para o nosso crescimento, os quais foram experienciados também na disciplina de Comunidades.

Além disso, o projeto se conecta com o conhecimento adquirido na disciplina de Inteligência Emocional, o principal deles é o cuidado de validar tudo o que nos for dito, mesmo que, às vezes, não estejamos de acordo. Através da disciplina de Método I concluímos a necessidade de um preparo organizado, dividido de forma igualitária, junto com a importância de buscar os melhores bancos de dados para realizar as nossas pesquisas e informar os nossos ouvintes, pacientes e

todos que passaram em nossa carreira acadêmica e profissional.

Por fim, acreditamos que o projeto mudou a nossa visão e nos levou a reflexão acerca de que tipo de profissionais desejamos nos tornar e como queremos tratar e sermos tratados em nossa profissão, além de observamos que a medicina não anda longe do cuidado que temos com aqueles que estão conosco.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De forma geral, podemos dizer que realizar esse projeto foi um momento inesquecível e que valeu a pena, em especial o sentimento de alegria e realização pelo trabalho concluído.

Ficamos felizes por conseguir de certa forma sensibilizar a maioria dos participantes, tendo em vista que grande parte participou, perguntou e apresentou uma parte de suas histórias e dos seus conhecimentos.

Durante a avaliação feita por nós, escutamos muitos elogios e agradecimentos pelo debate, em conjunto com o tema, no qual eles afirmaram ter gostado de poder entender de forma mais técnica como cuidar e reconhecer a saúde emocional. Além disso, os 19 participantes avaliaram bem a equipe, as dinâmicas e a temática levada para eles.

É importante destacar que chegamos no centro com medo e ansiedade, mas com muita expectativa de entregar o nosso melhor para as pessoas idosas que esperavam pela nossa apresentação, principalmente por sabermos o quanto eles são bem acompanhados e assistidos pela equipe que trabalha no centro.

Infelizmente, alguns dias antes da realização do projeto, descobrimos que o centro encerraria suas atividades na semana seguinte, o que gerou tristeza, mas também nos motivou a garantir que a ação fosse um sucesso e a temática abordada se mostrou ainda mais necessária considerando a flexibilidade que essa mudança exigiria deles, destacando a importância de discutir acerca da saúde emocional.

De certa maneira, acreditamos que colocar em prática o que pensamos superou nossas expectativas, pela partilha, pela compreensão em relação ao atraso inicial e por estarem abertos a nós ouvir e serem escutados, algo muito falado por eles

foi o quanto era bom ser reconhecido e receber uma escuta humanizada e paciente da nossa parte.

Acreditamos que esse projeto abre nossos olhos para novas realidades e objetivos, em especial como acadêmicos de medicina e futuros profissionais que precisam e devem realizar atendimentos cuidadosos, respeitosos e humanizados. Portanto, concluímos que conseguimos a compreensão da saúde emocional e obtivemos êxito ao criar um espaço lúdico e receptivo para troca de experiência.

5 REGISTROS VISUAIS

Figura 4 - Equipe do projeto Arte e Vida



Fonte: Autoria própria.

Figura 5 - Momento de abraço coletivo durante o alongamento



Fonte: Autoria própria.

Figura 6 - Logomarca do projeto de extensão



Fonte: Autoria própria.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br>

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 50. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2015.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Projeção da População do Brasil e das Unidades da Federação**. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/noticias-por-estado/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório Mundial sobre o Envelhecimento e Saúde**. Genebra: OMS, 2015. Disponível em: <https://sbogg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>

