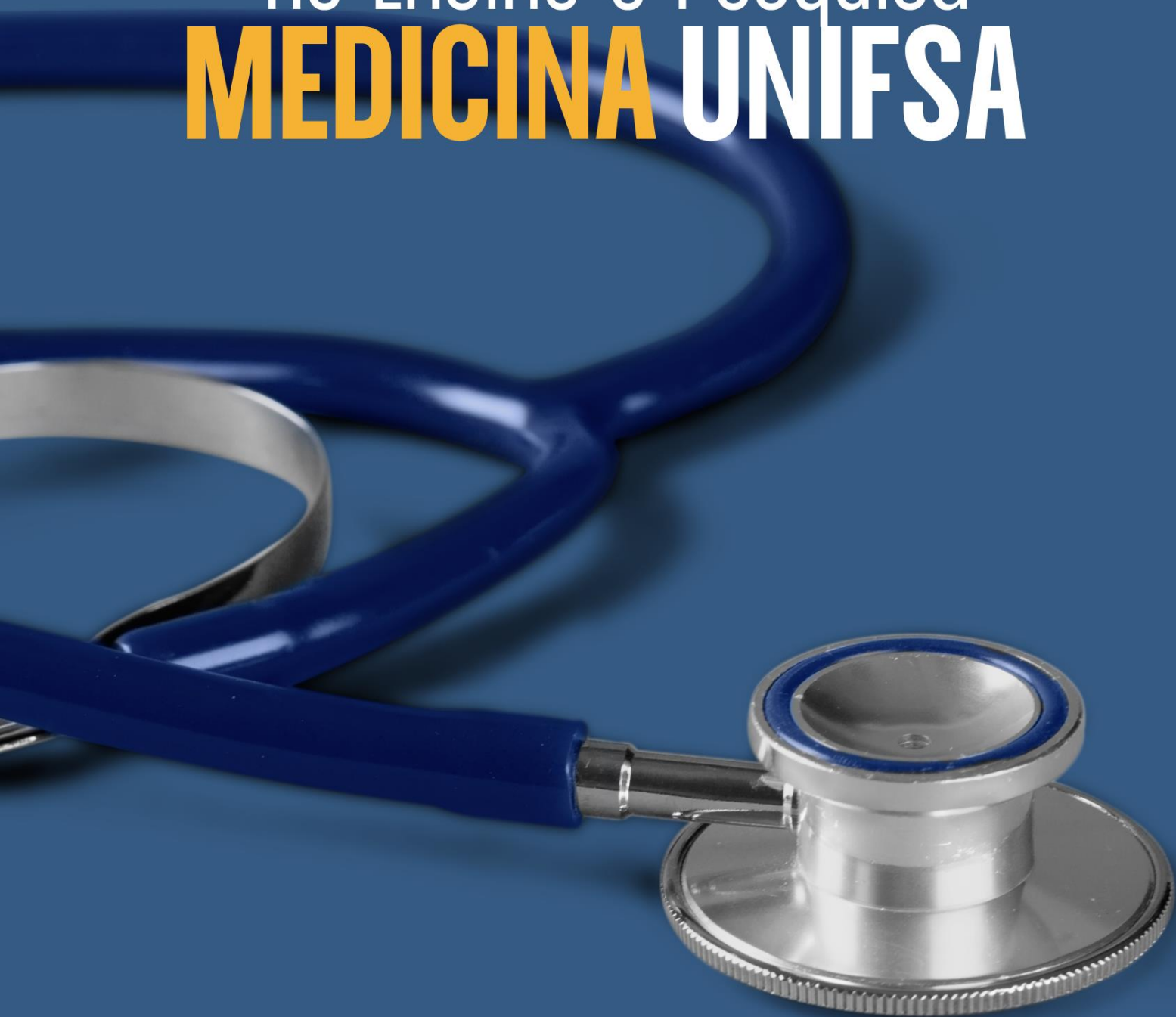


ALISSON DIAS GOMES
IZABEL HERIKA GOMES MATIAS CRONEMBERGER

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

FLORESCER NA MATURIDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM PROJETO DE EXTENSÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE EMOCIONAL DE PESSOAS IDOSAS*

Carla Beatriz Pinheiro da Silveira Sousa
Catharina Vasconcelos Machado Santos
Isadora Ribeiro Alves
João Timóteo Soares Neto
Leoni de Oliveira Leal
Maria Vitória Rodrigues da Silva
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

Este relato apresenta a experiência do projeto de intervenção Florescer na Maturidade, realizado na Casa São José, em Teresina-PI, oportunizado pelo Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA) e executado por nós, discentes de medicina, com foco na promoção da saúde emocional de pessoas idosas. A metodologia utiliza-se de atividades adaptadas às limitações dos participantes, por meio de dinâmicas como a “Árvore da Vida”, músicas, bingo e lanche, com a finalidade de estimular a autoestima, o autocuidado e os vínculos sociais destacando a escuta ativa, o diálogo e a valorização da história de vida. O planejamento baseia-se nos princípios da Medicina Baseada em Evidências, da Educação Popular e da Psicologia Positiva e a concretização procede da capacidade de adequação conforme as necessidades identificadas. A experiência permite o resgate da identidade, o fortalecimento do senso de pertencimento e o reconhecimento pessoal dos envolvidos, além de permitir-nos a transformação dos saberes teóricos em habilidades práticas, o que contribui para a nossa formação mais humanizada e ética dos estudantes.

Palavras-chave: idosos; Promoção da Saúde; Humanização da Assistência.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional configura-se como uma realidade crescente no Brasil, impulsionada pelos avanços da medicina, pela melhoria na qualidade de vida e pela redução das taxas de natalidade. Essa transformação demográfica, contudo, traz consigo desafios significativos, especialmente no que se refere à saúde emocional das pessoas idosas. Observamos que muitas delas vivenciam situações de solidão, afastamento familiar e sentimentos de desvalorização social, fenômenos que podem comprometer o bem-estar e a qualidade de vida nessa fase da existência.

Neste relato, descrevemos a nossa experiência enquanto estudantes de Medicina na realização do projeto de intervenção “Florescer na Maturidade”, desenvolvido na Casa São José, instituição que acolhe pessoas idosas em situação de vulnerabilidade na cidade de Teresina, Piauí. A iniciativa surge a partir de uma visita ao local, na qual identificamos a necessidade de ações que promovam acolhimento, escuta e fortalecimento de vínculos afetivos, contribuindo para um envelhecimento mais saudável e humanizado.

O projeto fundamenta-se nos princípios da Psicologia Positiva, conforme proposto por Seligman e colaboradores (2004), que destaca a valorização das emoções positivas e o fortalecimento da autoestima como caminhos para o

florescimento humano. Além disso, orientamo-nos pela perspectiva da Educação Popular, conforme defendida por Paulo Freire (2002), que enfatiza a escuta ativa, o diálogo e o respeito aos saberes e às trajetórias de vida das pessoas idosas. Também consideramos a concepção da Organização Mundial da Saúde (2021), que reconhece a saúde emocional como parte essencial do cuidado integral na velhice.

Nosso objetivo consiste em promover a saúde emocional das pessoas idosas acolhidas na Casa São José, por meio de ações que incentivam o autocuidado, a autonomia e o fortalecimento dos vínculos sociais, resgatando o sentimento de pertencimento e valorização pessoal.

2 METODOLOGIA

O projeto de intervenção, Florescer na Maturidade, é realizado no dia 16 de maio, às 15 horas, com foco na importância do cuidado com a saúde emocional. Busca promover o bem-estar emocional, assunto amplamente abordado durante as aulas de inteligência emocional e de Projeto de extensão, pesquisa e ensino, de pessoas idosas, dando ênfase à valorização da autoestima, o estímulo ao autocuidado e à reconstrução de vínculos sociais significativos. Para isso, incentivamos a adoção de hábitos saudáveis, como a valorização da própria história de vida e do impacto positivo que cada um possui na vida de outras pessoas.

O projeto é direcionado às pessoas idosas da Casa São José, um abrigo que tem 17 anos e vive exclusivamente de doações, formado inicialmente por um grupo de voluntários e, atualmente, acolhe 35 pessoas idosas carentes, que precisam de apoio, atenção e cuidado. A partir do direcionamento nas aulas de Método Científico e Projeto de extensão, pesquisa e ensino, é iniciado o processo de organização do projeto, no dia 27 de março, com a escolha do local, considerando a relevância de abordar o tema da saúde mental como parte do bem-estar desse público, sendo adaptado a metodologia das atividades às limitações físicas e cognitivas dos participantes.

Após a definição do local, entramos em contato com os coordenadores da casa para ser acertado detalhes da data e do horário, em seguida, dois integrantes do grupo, Leoni e Timóteo, fazem uma visita técnica para conhecer o ambiente e, a partir

dessa visita, decidimos realizar as atividades na área externa coberta, a fim de proporcionar maior conforto aos idosos presentes. Além disso, realizamos reuniões para organizar os materiais que utilizamos nas dinâmicas, começando pelos crachás de identificação, tanto do nosso grupo quanto dos idosos, com o objetivo de promover aproximação, criar conexões e facilitar a interação. Também planejamos o brinde para o ganhador do bingo e buscamos lembrancinhas para entregar a todos os idosos, como forma de gerar alegria. Além do mais, organizamos o lanche a ser servido e confeccionamos a “Árvore da Vida”, finalizada na manhã do dia da atividade.

Chegamos à Casa São José com cerca de uma hora e meia de antecedência para organizarmos os crachás, as lembrancinhas, a mesa do lanche, o espaço do bingo e decidirmos onde posicionar a Árvore da Vida. Antes do início das atividades, recebemos a visita da nossa professora de Projeto de extensão, pesquisa e ensino, Izabel Herika, que nos deseja boa sorte e nos ajuda a interagir com os idosos, conversando e até cantando com eles e, por fim, finalizamos alguns pequenos detalhes da decoração e organização do ambiente.

A primeira participante a chegar é Dona Madalena, que, com muita simpatia, se mostra à vontade para participar e aceita usar o crachá de identificação, sendo esse primeiro contato o que nos tranquiliza e transmite mais confiança para executar o projeto. Em seguida, chegam Valdineia, Erminea, Francisca e Gomes. Francisca, inicialmente, é uma das pessoas que demonstra resistência em aceitar o crachá, mas, com diálogo e respeitando seu tempo, ela muda de ideia e, ao final, todos os idosos usam os crachás.

Durante a acolhida, colocamos músicas que eles gostam, principalmente de Roberto Carlos, e uma das participantes, Valdineia, muito animada, canta no microfone que levamos, além disso, em um determinado momento Leoni canta com ela, enquanto os cuidadores ajudam na chegada dos outros idosos. Isso cria um ambiente acolhedor e de proximidade. Com todos presentes, apresentamos o nosso projeto, a nossa faculdade e cada um de nós: dizemos nosso nome, idade e uma qualidade que enxergamos em nós mesmos. Em seguida, convidamos os idosos que se sentem à vontade a se apresentarem e compartilharem uma qualidade própria, registrando elas na Árvore da Vida.

Percebemos, nesse momento, que não é possível realizar a atividade do espelho no chapéu e a do papel, pois muitos idosos não se sentem confortáveis para

falar ou não conseguem participar dessa forma. Ademais, precisamos adaptar o horário do lanche, que inicialmente seria servido ao final do projeto, mas muitos idosos têm horário fixo de alimentação às 17h. Diante dessas intercorrências, adaptamos nossa programação: após a finalização da Árvore da Vida, servimos o lanche e, em seguida, realizamos o bingo — uma atividade muito apreciada por eles.

Essas adaptações são importantes para reconhecermos a nossa capacidade de lidar com imprevistos e de ajustar a metodologia às necessidades e limitações dos participantes, sendo elas características essenciais para o trabalho em equipe e para lidar com pessoas.

O lanche é servido com o apoio dos cuidadores, já que a maioria dos idosos tem restrições alimentares ou necessita de auxílio. Enquanto eles comem, organizamos a mesa do bingo e designamos um integrante do grupo ou um funcionário para acompanhar, em média, quatro idosos durante o jogo. O bingo é marcado por muita empolgação e diversão, e o vencedor é o senhor Gomes, que completa a cartela cheia primeiro e recebe como brinde um sabonete e um hidratante da Natura, enquanto os demais participantes também recebem um sabonete como lembrança da nossa presença, o que deixa todos satisfeitos por ganharem algo.

Encerramos agradecendo pela atenção e participação de todos, recebendo o carinho e a gratidão dos idosos. Refletimos, ao final, que o cuidado e a atenção dedicados às pessoas idosas contribuem significativamente para a qualidade de vida delas e para o bem-estar coletivo, uma vez que, ao valorizarmos essas pessoas e oferecermos um espaço de escuta, reconhecemos sua experiência, sabedoria e contribuição — aspectos fundamentais para a promoção da saúde.

Por meio dessa reflexão, observamos também o efeito positivo que atividades como essa, que vão além da sala de aula e do aspecto científico da medicina, possuem na formação médica dos estudantes, para a preparação de profissionais mais empáticos e humanos. Logo, reconhecemos a necessidade da adoção, por parte das faculdades de medicina, assim como de outros cursos, de mais projetos de extensão extramuros, a fim de desenvolver a empatia e humanidade dos estudantes, além da capacidade de adaptação e de enfrentamento das adversidades.

3 DESENVOLVIMENTO

Durante a realização do projeto, utilizamos os nossos saberes acadêmicos, adquiridos nas disciplinas de Projeto de Extensão, Pesquisa e Ensino I, bem como de Método Científico e Medicina Baseada em Evidências, como guias que nos conduziram para além dos muros da universidade. Isso foi de suma importância, pois, nessas disciplinas, refletimos muito sobre o conceito amplo de saúde, e conseguimos, nesse momento, juntar tudo: os nossos conhecimentos sobre saúde mental e promoção da saúde com as habilidades desenvolvidas de comunicação terapêutica e humanização do cuidado.

Ao planejarmos as ações, refletimos e discutimos o quanto é importante pensar o envelhecimento de maneira integral, reconhecendo as singularidades de cada pessoa, sejam elas biológicas, psicológicas ou sociais. São aspectos que estudamos em sala de aula, mas que, na prática, ganham um outro sentido, mais vivo e humano.

Articulamos a teoria com a prática ao adotar a Psicologia Positiva como referência central, buscando valorizar as emoções positivas e fortalecer o bem-estar das pessoas idosas. Essa base orientou a escolha das dinâmicas que realizamos, como a “Árvore da Vida”, que promoveu o resgate de memórias afetivas e o fortalecimento da autoestima, aspectos fundamentais na promoção da saúde emocional. Paralelamente, a perspectiva freiriana da Educação Popular nos sustentou durante toda a condução das atividades, já que priorizamos o diálogo, a escuta ativa e a valorização dos saberes e das histórias das pessoas idosas.

Cada atividade que realizamos a partir desse referencial trouxe lições que nos surpreenderam profundamente. A Educação Popular, proposta por Paulo Freire, nos revelou uma metodologia rica, que nos proporcionou afeto, troca de experiências, de conhecimentos e de saberes. Foi assim, na prática da educação popular, que o nosso projeto ganhou uma bagagem tão intensa: não estávamos numa posição de “superioridade”, mas caminhando lado a lado com as pessoas, próximos, trocando saberes em uma via de mão dupla, onde não apenas levamos, mas também recebemos conhecimento e afeto. Descobrimos, nesse processo, o quanto o cuidado com o envelhecimento é importante e precisa ser humanizado.

Vivemos, na prática, a necessidade constante de adaptação e sensibilidade, competências que tanto discutimos durante a nossa formação médica. Durante o desenvolvimento das ações, percebemos a necessidade de ajustar o cronograma, antecipando o lanche coletivo e flexibilizando as atividades que havíamos inicialmente proposto, como a substituição da dinâmica do espelho, devido às limitações físicas e cognitivas dos participantes. Essas adaptações reforçaram, mais uma vez, a nossa compreensão de que o cuidado em saúde demanda, além de conhecimento técnico, uma postura empática, sensível e acolhedora.

Identificamos, ao longo da intervenção, facilidades e desafios. Entre as facilidades, destacamos a receptividade e a participação espontânea de alguns idosos, como Valdineia, que se engajou ativamente nas atividades musicais, e Gomes, que expressou grande satisfação ao vencer o bingo. Esses momentos mostraram, para nós, a potência das vivências lúdicas na promoção do bem-estar e na construção de vínculos afetivos.

Por outro lado, enfrentamos dificuldades importantes, relacionadas à resistência inicial de alguns participantes em aderir às atividades, além das limitações motoras e cognitivas que exigiram de nós ajustes constantes na condução das dinâmicas. Essas experiências nos ensinaram sobre a importância de respeitar os tempos e limites de cada pessoa, promovendo um cuidado mais individualizado e respeitoso.

Essa experiência nos proporcionou aprendizados valiosos, especialmente sobre a importância da comunicação terapêutica e do acolhimento como estratégias fundamentais no cuidado às pessoas idosas. Ao observarmos a transformação gradual dos participantes — que, no início, apresentavam sinais de resistência e isolamento, mas, depois, demonstraram alegria, afeto e gratidão —, conseguimos, de forma concreta, aplicar os conceitos teóricos que aprendemos em disciplinas como Saúde Coletiva e Psicologia Médica.

Refletimos também sobre o papel social da universidade e da extensão acadêmica como instrumentos de transformação. Percebemos que intervenções como esta promovem não apenas benefícios diretos aos participantes, mas também fortalecem a nossa formação ética e humanística, ampliando nossa visão sobre o cuidado em saúde. Compreendemos, de forma ainda mais profunda, que o exercício da medicina vai além da técnica: exige sensibilidade, empatia e compromisso social.

Como recomendação, consideramos fundamental que projetos como este tenham continuidade e periodicidade, para que seja possível estabelecer vínculos mais duradouros com as instituições e ampliar ainda mais os efeitos positivos sobre a saúde emocional das pessoas idosas. Sugerimos, ainda, a participação de profissionais de outras áreas, como psicologia e terapia ocupacional, para potencializar as ações de cuidado e proporcionar uma abordagem ainda mais interdisciplinar, enriquecendo tanto a vivência dos idosos quanto a nossa formação acadêmica.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de intervenção “Florescer na Maturidade” proporciona uma vivência desafiadora para nós, acadêmicos, ao permitir a transformação da teoria discutida em sala de aula para sua aplicação prática em um cenário real. Construimos, assim, um espaço acolhedor, humanizado e baseado na escuta ativa, ao mesmo tempo em que aplicamos conceitos fundamentais como a interdisciplinaridade e a multidisciplinaridade.

Com o objetivo de promover a saúde emocional da população idosa, grupo frequentemente vulnerável e negligenciado pela sociedade, com foco nas práticas de autocuidado e bem-estar, buscamos criar momentos de compartilhamento das emoções e experiências, por meio de dinâmicas lúdicas e integrativas. Dessa forma, procuramos demonstrar o valor e a importância de cada participante, transmitindo sentimentos de valorização, identificação e fortalecimento da autoestima.

Ao longo da execução das atividades, percebemos que muitos idosos enfrentam a solidão, o abandono familiar e ausência de valorização pessoal. No entanto, observamos que, à medida do avanço do projeto, os participantes passam a reconhecer suas próprias histórias, qualidades e imperfeições sob uma perspectiva mais positiva. Esse processo resulta na consolidação do objetivo geral, o enriquecimento de conhecimentos das pessoas idosas sobre os mecanismos de favorecer o bem-estar emocional.

Além disso, essa experiência evidencia nossa capacidade de adaptação frente aos imprevistos, não apenas durante a realização das dinâmicas, mas desde as

etapas iniciais de planejamento do projeto. Essa flexibilidade revela-se essencial para nossa formação acadêmica e antecipa um aspecto fundamental da prática médica: a habilidade de lidar com as intercorrências de modo criativo, com sensibilidade e prontidão. Nesse contexto, sugere-se que em projetos futuros é interessante atentar-se melhor em relação às limitações do público diante das atividades, bem como o tempo destinado para as dinâmicas com os ajustes não contabilizados pelo grupo de acordo com a rotina dos moradores da Casa São José e também, a possibilidade da continuidade do projeto, estabelecendo uma frequência maior, aprofundando os impactos na promoção da saúde emocional das pessoas idosas.

Concluimos que o projeto extensionista revela-se de grande importância tanto para nossa formação como futuros médicos, ao integrar saberes científicos com a realidade social, quanto para os participantes, ao contribuir para o seu bem-estar. Acreditamos que experiências como esta transformam não apenas o público acolhido, mas também a nossa forma de compreender o cuidado e o compromisso social da universidade.

5 REGISTROS VISUAIS

Figura 22 - Integrantes do projeto Florescer na Maturidade reunidos no dia da intervenção, representando o compromisso acadêmico e social com a promoção da saúde emocional das pessoas idosas



Fonte: Autoria própria.

Figura 23 - Integrante do projeto interagindo com uma pessoa idosa durante a atividade, evidenciando o acolhimento, a escuta e a valorização das histórias de vida



Fonte: Autoria própria.

Figura 24 - Representação visual do projeto. Ao centro, duas pessoas idosas simbolizam o público acolhido. Os galhos e folhas expressam o florescer, enquanto as raízes representam o fortalecimento dos laços afetivos



Fonte: Autoria própria.

REFERÊNCIAS

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 60. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Demográfico 2022**: população por idade e sexo. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório mundial sobre o idadismo:** resumo executivo. Genebra: OMS, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/pt/publications/i/item/9789240034816>.

SELIGMAN, Martin E. P. **Felicidade autêntica:** usando a nova psicologia positiva para a realização permanente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004.

