



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



Estimulação cognitiva e social em idosos institucionalizados: oficinas interativas como estratégia de promoção de bem-estar

Alef Rafael Santos Melo¹

alefrmeloecon@gmail.com

Jaiane de Jesus Santos²

jaianedemaria20@gmail.com

Kauane de Jesus Santos³

16032180@sempreuninassau.com.br

Linda Matos Lima da Silva⁴

matoslinda570@gmail.com

Maria Ivanilde de Farias Filha⁵

16033645@sempreuninassau.com.br

Suellen Stephanie dos Reis Alves⁶

16032178@sempreuninassau.com.br

UNINASSAU / Aracaju

Rafaela Santos de Carvalho⁷

rafaelasantosdecarvalho@ymail.com

UNINASSAU / Aracaju

INTRODUÇÃO

De acordo com os dados mais recentes do Censo Demográfico, em 2022, a população idosa de Sergipe, composta por pessoas com 65 anos ou mais, alcançou a marca de 294.609 indivíduos, o que equivale a 13,3% do total de habitantes do estado. Esse número representa um aumento expressivo em relação ao Censo de 2010, que registrava 185.957 idosos, correspondendo a 9,0% da população naquele período. O crescimento de 58,4% ao longo desses 12 anos reflete a tendência de envelhecimento populacional no estado. Aracaju, a capital sergipana, concentra a maior parte dessa população idosa, com 90.134 pessoas, o que representa 30,6% do total de idosos no estado (IBGE, 2023).

Este aumento na proporção de idosos exige atenção especial para políticas públicas voltadas à saúde, ao bem-estar e ao suporte social dessa faixa etária, considerando os desafios que o envelhecimento populacional traz para a sociedade sergipana. Esse cenário de envelhecimento populacional destaca a necessidade de ações voltadas para o bem-estar integral dos idosos,

¹ Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

² Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

³ Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

⁴ Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

⁵ Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

⁶ Discente do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju

⁷ Docente Profa Me do curso de Psicologia da instituição Centro Universitário Maurício de Nassau - Aracaju



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



especialmente no que diz respeito à saúde mental e ao suporte emocional. Embora o atendimento psicológico tradicionalmente aconteça em consultórios individuais, é essencial que a Psicologia amplie sua atuação para além desses espaços, aproximando-se da realidade social e comunitária.

Esse enfoque permite abordar questões fundamentais como os determinantes do adoecimento psicológico e o papel do psicólogo na promoção do bem-estar coletivo (Pereira e Oliveira, 2023). Em particular, essa abordagem se torna ainda mais relevante no âmbito das Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), onde a atenção à saúde mental e o apoio psicológico são indispensáveis para garantir melhores condições de bem-estar a essa população crescente e vulnerável.

No contexto da nossa temática, o cuidado com os idosos que vivem em ILPI ganha destaque, especialmente no que tange à saúde mental e ao suporte psicológico. Segundo Davim et al. (2004), essas instituições podem, muitas vezes, contribuir para o isolamento social dos idosos, ao limitar suas interações interpessoais e intensificar o sedentarismo físico e cognitivo, o que afeta negativamente sua qualidade de vida.

O envelhecimento populacional demanda abordagens específicas que considerem as vulnerabilidades emocionais e psicológicas desse grupo, pois a propensão ao afastamento social pode estar diretamente ligada à solidão e às mudanças no contexto familiar, como a perda de contato com entes queridos. Além disso, Garbin et al. (2010) destacam que, embora as ILPIs ofereçam cuidados médicos e de enfermagem, a falta de atenção à saúde mental interfere diretamente na saúde geral do idoso. Mesmo que tenham condições físicas adequadas para uma vida saudável, os idosos frequentemente não encontram ânimo para desfrutar de sua rotina, especialmente se não houver um ambiente de afeto, diversão e interação emocional.

Assim, a atuação da Psicologia junto aos idosos institucionalizados se alinha com o compromisso do SUS em garantir um atendimento integral, humanizado e inclusivo, refletindo a importância de práticas que integrem o cuidado físico e psicológico nesses ambientes de acolhimento.

MATERIAIS E MÉTODOS

A intervenção foi conduzida em uma ILPI situada em Aracaju e teve como público-alvo os idosos residentes no local. As atividades foram desenvolvidas em formato de oficinas interativas, conduzidas por uma equipe de trabalho multidisciplinar, com o objetivo de promover bem-estar e qualidade de vida por meio de estímulos cognitivos, criativos e sociais. Todas as ações foram planejadas para atender às necessidades específicas dos idosos, respeitando suas limitações físicas e cognitivas.

O grupo responsável pela intervenção foi dividido em equipes, cada uma com tarefas específicas para garantir o bom andamento das atividades e promover uma interação dinâmica com os idosos. As oficinas foram realizadas simultaneamente em diferentes ambientes da instituição, devidamente adaptados para atender aos objetivos propostos, conforme ilustra o quadro abaixo.



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



Quadro 01: Descrição das Atividades

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES	
Oficina	Pintura em Toalhinhas
Ação	Os idosos foram incentivados a pintar toalhinhas de tecido com tintas antialérgicas, recebendo suporte durante todo o processo.
Objetivo	Estimular a criatividade e a expressão artística dos idosos, além de proporcionar um item afetivo que pudesse ser utilizado ou guardado como lembrança.
Materiais	Toalhinhas de tecido, tintas antialérgicas, pincéis e aventais descartáveis.
Oficina	Jogo de Bingo
Ação	O jogo de bingo foi realizado com sorteio de números e entrega de brindes aos vencedores. Duas pessoas ficaram responsáveis pela condução da dinâmica, enquanto as outras prestaram assistência aos idosos que necessitaram de apoio adicional.
Objetivo	Estimular a atenção, o raciocínio lógico e a memória dos participantes, promovendo o exercício cognitivo de forma lúdica e acessível. Além disso, o bingo favoreceu a socialização entre os idosos, proporcionando momentos de lazer e interação grupal.
Materiais	Cartelas de bingo, canetas e brindes.
Oficina	Música e Interação
Ação	Durante os intervalos do bingo, três participantes tocaram violão e incentivaram os idosos a cantar junto, criando um ambiente descontraído e propício à socialização.
Objetivo	Proporcionar lazer e interação por meio da música, promovendo bem-estar emocional.
Materiais	Violão, microfone e caixa de som.

Fonte: elaborado pelos autores.

Neste cenário, os idosos tiveram papel ativo em todas as atividades, tanto nas oficinas de pintura quanto nas sessões de bingo e música. As atividades foram planejadas para garantir inclusão e acessibilidade, respeitando as condições físicas e cognitivas de cada participante. A equipe forneceu assistência contínua, assegurando que todos pudessem participar plenamente.



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



RESULTADOS

A intervenção realizada com os idosos na Instituição de Longa Permanência escolhida demonstrou-se eficaz em alcançar os objetivos propostos, promovendo estímulos cognitivos, emocionais e sociais por meio de atividades lúdicas e interativas. As oficinas de pintura, música e jogos permitiram que os participantes expressassem suas emoções e histórias de vida, enquanto interações sociais, como conversas personalizadas, reforçaram a sensação de acolhimento e valorização.

O impacto positivo observado reflete a importância de iniciativas que integram criatividade, socialização e atenção personalizada para promover a qualidade de vida de idosos institucionalizados. Além disso, a experiência proporcionou à equipe responsável um aprendizado prático valioso, que ampliou suas habilidades em atendimento e compreensão das demandas dessa população, contribuindo para sua formação profissional.

Para trabalhos futuros, sugere-se a ampliação das atividades, incluindo práticas voltadas à estimulação da memória de forma mais estruturada. Além disso, seria pertinente realizar estudos longitudinais para avaliar os impactos a médio e longo prazo dessas intervenções na saúde mental e social dos participantes, fornecendo subsídios para o desenvolvimento de políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo e saudável. Tais ações podem oferecer contribuições ainda mais relevantes ao bem-estar dos idosos, complementando os esforços no atendimento de suas múltiplas necessidades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência de conduzir a intervenção foi extremamente enriquecedora, tanto para os idosos quanto para a equipe responsável. Durante as atividades propostas, como o bingo, a pintura e as interações musicais, foi possível observar diferentes níveis de engajamento, que refletiram as personalidades, histórias de vida e preferências individuais dos participantes.

Apesar de alguns idosos apresentarem maior dificuldade com o jogo de bingo, a equipe esteve disponível para oferecer apoio, o que possibilitou que a maioria se sentisse incluída na dinâmica. Aqueles que estavam mais dispostos participaram de forma ativa e animada, enquanto outros, mais reservados, foram redirecionados para atividades que melhor atendiam às suas preferências, como a pintura.

Na oficina de pintura, os resultados revelaram um aspecto inesperado e significativo: muitos idosos utilizaram a atividade como uma forma de expressar sua história pessoal e seus interesses. Um exemplo marcante foi o de uma idosa que desenhou o mapa de um país onde havia vivido na juventude, enquanto outra representou flores que costumava cultivar.

Esses momentos demonstraram que, além de estimular a criatividade, as atividades também serviram como uma forma de resgatar memórias e fortalecer vínculos emocionais. Mesmo aqueles que inicialmente não demonstraram disposição para participar das atividades foram acolhidos por meio de conversas regulares com a equipe. Essas interações espontâneas revelaram-se uma poderosa



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



ferramenta de inclusão e estímulo cognitivo, já que os idosos falavam sobre suas histórias de vida, profissões, famílias, hobbies e até línguas estrangeiras que aprenderam ao longo da vida.

Durante essas trocas, foi possível perceber que muitos se sentiam valorizados e felizes com a atenção recebida, independentemente de sua participação direta nas oficinas. Esse contato reforça a ideia de que a conversa, enquanto prática simples, pode ser um importante estímulo cognitivo ao promover a recordação de memórias e a organização de ideias.

Um aspecto curioso observado durante as atividades foi o comportamento de alguns idosos que alternavam os idiomas em que falavam, transitando entre português e inglês. Esse fato, embora não tenha sido planejado como objetivo da intervenção, reflete a riqueza de experiências e habilidades preservadas nessa população e pode ser interpretado como um sinal de resiliência cognitiva.

De maneira geral, a intervenção contribuiu para criar um ambiente acolhedor e harmonioso na ILPI, reforçando o bem-estar emocional e social dos participantes. A atenção personalizada da equipe e a flexibilidade em adaptar as atividades às preferências dos idosos foram fundamentais para o sucesso do projeto. Esses resultados evidenciam a importância de ações que integrem atividades criativas e interações sociais, demonstrando que tanto as atividades estruturadas quanto as conversas informais desempenham papel significativo na promoção do bem-estar e dos estímulos cognitivos em idosos institucionalizados

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Coletiva. Longevidade. Instituição de Longa Permanência para Idosos

AGRADECIMENTOS:

Agradecemos, primeiramente, aos idosos participantes da intervenção, que nos acolheram com suas histórias de vida, entusiasmo e sabedoria, enriquecendo o aprendizado de toda a equipe. Também expressamos nossa gratidão à direção e aos colaboradores da ILPI onde as atividades foram realizadas, que ofereceram suporte e abriram as portas para a concretização deste trabalho.

Por fim, agradecemos à UNINASSAU e à coordenação do LAFCA pelo incentivo à realização de projetos voltados para o bem-estar coletivo e pela oportunidade de apresentar este trabalho na I Jornada de Clínica Ampliada.

Referências

DAVIM, Rejane Marie Barbosa; TORRES, Gilson de Vasconcelos; DANTAS, Susana Maria Miranda; LIMA, Vilma Maria de. Estudo com idosos de instituições asilares no município de Natal/RN: Características socioeconômicas e de saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da USP, v. 12, n. 3, p. 518-524, 2004.

Garbin, Cléa Adas Saliba; SUMIDA, Doris Hissako; MOIMAZ, Suzely Adas Saliba; PRADO, Rosana Leal do; Silva, Milene Moreira da. O envelhecimento na perspectiva do



JORNADA DE CLÍNICA AMPLIADA

PSICOLOGIA - UNINASSAU|AJU



cuidador de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro: Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco), v. 15, n. 6, p. 2941-2948, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Panorama do Censo Demográfico 2022**. Rio de Janeiro: IBGE, 2023.

PEREIRA, Tainara Marchiori dos Santos; OLIVEIRA, Conrado Pavel de. 60 anos de psicologia no Brasil: uma reflexão sobre os pontos de partida, percursos e horizontes. **Cadernos de Psicologia**, Ribeirão Preto: Sociedade Brasileira de Psicologia, v. 5, n. 9, p. 4-28, 2023.