XXI FAC-FEA LIVRE
Semana Acadêmica Cultural e XVII Encontro de iniciação Científica da FAC-FEA

PALAVRAS QUE CONTAM HISTÓRIAS: reflexões em roda com idosos

Deborah Kob de MORAES
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: deborah.moraes@feata.edu.br

Jessé Carlos Peres RISSI
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: jesse.c.p.rissi@feata.edu.br

Mariana HILÁRIO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: mariana.hilario@feata.edu.br

Matheus PigariCanteli de TOLEDO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: mateuspcantellidetoledo@gmail.com

Róger Felipe de Campos ARRUDA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: rog.ca@hotmail.com

Fernanda Fernandes Gonzales de OLIVEIRA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: fernandaoliveira@feata.edu.br

Felipe Mio de CARVALHO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: felipecarvalho@feata.edu.br

EIXO: Ciências Humanas, Sociais e da Saúde ou Ciências Sociais Aplicadas

RESUMO
O envelhecimento é um estágio da vida marcado por transformações físicas, emocionais e, principalmente, sociais, que são intensificadas em contextos de institucionalização. O isolamento e a redução da autonomia se configuram como desafios persistentes em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), afetando a autoestima e o bem-estar psicológico dos residentes. Nesse sentido, a criação de espaços estruturados de interação social e reflexão crítica demonstra ser uma estratégia fundamental para a promoção da saúde mental e a qualidade de vida na velhice. O presente projeto de extensão, intitulado “Palavras que contam histórias- Reflexões em roda com Idosos”, propõe-se a utilizar a roda de conversa temática como ferramenta leve e inclusiva para estimular o diálogo e a expressão de opiniões sobre temas do cotidiano, como política, alimentação e lazer, de modo a preservar as particularidades emocionais do público-alvo. A proposta metodológica se baseia na utilização de cartões com palavras-chave que servem como ponto de partida para a partilha de saberes e experiências, fortalecendo os vínculos interpessoais e valorizando o protagonismo do idoso. O projeto deverá ser desenvolvido com foco no planejamento da intervenção em uma ILPI do

município, com o objetivo de oferecer um espaço seguro e acolhedor para a troca mútua de conhecimentos e a valorização da história de vida de cada participante, atuando como um fator de proteção contra o isolamento social.

Palavras-chave: roda de conversa; envelhecimento; socialização.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional representa um desafio contemporâneo, exigindo que a sociedade e as instituições de saúde reformulem suas abordagens para garantir a qualidade de vida e o bem-estar da pessoa idosa.

Em cenários de institucionalização, os residentes frequentemente enfrentarão o isolamento social e a diminuição da participação ativa, o que poderá levar a um declínio na saúde mental e na autoestima. Tais ambientes contribuem para a invisibilidade social e a perda de agência do indivíduo, onde o velho é privado de seu passado e de sua singularidade, e sua vontade é subjugada à ordem institucional (Beauvoir, 1990). A literatura em gerontologia e psicologia da saúde apontará que a manutenção da interação social e a preservação da autonomia serão pilares para um envelhecimento saudável, destacando a necessidade de intervenções que estimulem a mente e o diálogo.

A problematização central do trabalho residirá na lacuna de espaços leves e descontraídos para a reflexão crítica sobre o cotidiano e a partilha de experiências de vida, sem a pressão de abordar diretamente questões emocionais sensíveis.

A relevância deste projeto de extensão, portanto, residirá em planejar uma estratégia que, em consonância com a busca pelo bem-estar na velhice, proponha a roda de conversa como um catalisador de trocas significativas. Dessa forma, antecipa-se que a proposta será realizada através de um planejamento detalhado da intervenção que será apresentada na seção de Desenvolvimento, com foco em fortalecer a socialização e valorizar o repertório dos idosos por meio de temas cotidianos e neutros.

2 OBJETIVOS

O trabalho visará promover a reflexão crítica e o diálogo em grupo por meio da utilização da roda de conversa temática, com o propósito de fortalecer a socialização e o bem-estar psicológico dos idosos residentes em um contexto de ILPI.

A proposta valoriza as vivências e estimula a expressão de opiniões do público alvo, apontando informações e direcionamentos que possibilitem a troca de experiências e o

fortalecimento de vínculos sociais, com vistas à promoção de saúde através da intervenção planejada com foco em temas cotidianos e reflexivos, evitando abordagens emocionais profundas.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este projeto será realizado em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), com idosos acolhidos, na faixa etária entre a terceira e quarta idade. A implementação do projeto será planejada para ocorrer em período matutino, com a equipe composta por estudantes de psicologia. Os materiais e métodos envolvidos no planejamento incluirão:

- A definição de um espaço físico amplo e confortável para a atividade;
- A organização das cadeiras dispostas em círculo, essencial para a dinâmica de roda de conversa.
- O preparo dos cartões com palavras e frases temáticas que nortearão o debate.

A ação, denominada **Palavras que contam histórias**, será executada mediante a divisão de tarefas da equipe (criação de frases, preparação do ambiente, acolhimento) e se iniciará com o sorteio de um cartão para que o idoso leitor ou o mediador apresente o tema.

A intervenção será conduzida por meio de mediação respeitosa, com o objetivo de garantir que todos os participantes tenham a oportunidade de compartilhar suas visões e experiências, inibindo interrupções e discussões acaloradas.

As questões do mediador serão estimuladoras buscando aprofundar a troca de saberes sobre a temática sorteada, como política ou trabalho, sem entrar em aspectos emocionais delicados.

4 DESENVOLVIMENTO

A proposta da extensão **Palavras que contam histórias: reflexões em roda com Idosos,** terá como objetivo promover a socialização e o bem-estar psicológico no contexto institucional. Para tanto, tem como base a literatura que aponta sobre os benefícios de atividades grupais com idosos, que se mostrarão eficazes para a promoção da integração social, do estímulo cognitivo e do fortalecimento da autoestima.

Conforme Beauvoir (1970), no livro **A velhice**, o envelhecimento em contexto institucional freqüentemente acaba por desvalorizar o indivíduo, o que demanda ações que promovam o protagonismo e a manutenção da identidade.

Nessa perspectiva, as ações propostas (roda de conversa com cartões temáticos) deverão ser realizadas porque o foco em temas cotidianos (política, alimentação, trabalho) permitirá que o idoso reflita sobre o mundo exterior e utilize seu repertório de vida, o que diferirá de intervenções focadas estritamente em emoções profundas.

A dinâmica de sorteio dos cartões será crucial, pois introduzirá um elemento lúdico e um foco temático específico, facilitando a participação de idosos com diferentes níveis de interação e expressividade.

A intervenção planejada terá uma duração total de 60 minutos, sendo estruturada em três momentos principais. A Introdução (10 minutos) será dedicada à criação de um clima acolhedor, à apresentação da proposta e à explicação da dinâmica. A Atividade (35 minutos) será o momento principal de troca, onde os idosos, após o sorteio do cartão, serão incentivados a compartilhar histórias e percepções, com o mediador resumindo as principais ideias ao final para reforçar a diversidade de opiniões. Por fim, a Avaliação e Encerramento (15 minutos) oferecerá um espaço para depoimentos finais e um momento de socialização, consolidando a importância do diálogo contínuo.

A realização dessa atividade reforçará a importância de intervenções de extensão que promovam a saúde e a socialização, combatendo o isolamento, um dos principais desafios para a qualidade de vida na velhice.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O planejamento da atividade **Palavras que contam histórias: reflexões em roda com Idosos** estará alinhado com os referenciais teóricos da gerontologia e da psicologia social, os quais articularão a importância da interação social contínua para o bem-estar psicológico e a preservação da autoestima em idosos institucionalizados.

As conclusões do planejamento apontarão para a viabilidade e a pertinência de intervenções extensionistas que, utilizando a metodologia da roda de conversa, valorizarão o protagonismo do idoso e oferecerão um espaço de diálogo seguro e acolhedor. A estratégia de focar em temas cotidianos, sem aprofundar em questões emocionais delicadas, demonstrará ser um modelo de promoção de saúde leve, que se integrará de forma respeitosa à rotina da ILPI e aos limites do público-alvo. Para além dos efeitos individuais, o projeto pretende gerar impactos sociais relevantes, fortalecendo o vínculo entre a universidade e a comunidade por meio de práticas que valorizem o envelhecimento ativo, a inclusão e o protagonismo da pessoa idosa. A iniciativa busca reafirmar o compromisso ético e social da

instituição com a promoção da dignidade humana e com a transformação da realidade, conjugando ensino, pesquisa e extensão. Espera-se, ainda, que a experiência formativa proporcione aos estudantes a vivência da articulação entre teoria e prática, favorecendo o desenvolvimento de competências técnicas e sensíveis e estimulando empatia, reflexão crítica e consciência sobre o papel social do psicólogo na promoção da saúde e do bem-estar coletivo.

O projeto, portanto, cumprirá seu objetivo de planejar uma ação concreta de fortalecimento de vínculos e valorização da história de vida, atuando como um elemento-chave na promoção de um envelhecimento ativo e participativo.

REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. de. **A Velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2020.

CAMON, V. A.; ALVARENGA, M. R. M. Atividades Grupais com Idosos: Estratégias para Promoção da Socialização. **Revista Brasileira de Gerontologia**, v. 24, n. 1, p. 85-97, 2021.

FALK, J. W. **Dinâmicas de grupo para idosos**: estratégias lúdicas e reflexivas. São Paulo: Paulinas, 2019.

FREITAS, E. V. *et al*. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de saúde da pessoa idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

NERI, A. L. **Qualidade de vida na velhice**: enfoques contemporâneos. Campinas: Papirus, 2019.

NETTO, M. P. **Envelhecimento e sociedade**: um olhar histórico. São Paulo: Cortez, 2018.

SILVA, A. M. Promoção de saúde para idosos institucionalizados. **Revista de Psicologia da Saúde**, v. 32, n. 4, p. 456-469, 2020.