



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IESC / PIEPE

CUIDAR COM ALEGRIA: AÇÕES DE PROMOÇÃO DE SAÚDE E CONVIVÊNCIA COM IDOSOS

Ana Priscila de Lima Gomes¹; Ana Beatriz Queiroga Ribeiro²; Elisa Maira Nunes de Almeida³; Maria Eduarda Mota Quintino Oliveira⁴; Marianna Campos Vieira⁵; Thawana Lanussa Dantas Teixeira⁶; Rafael Sarinho Soares Ribeiro⁷; José Guedes da Silva Júnior⁸.

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸Afya Paraíba, João Pessoa - PB

Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que tem se intensificado de forma significativa nas últimas décadas, especialmente nos países em desenvolvimento. No Brasil, observa-se uma rápida transição demográfica, marcada pela redução das taxas de fecundidade e mortalidade e pelo consequente aumento da expectativa de vida. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2023), o número de pessoas com 65 anos ou mais cresceu 57,4% em doze anos, passando a representar 10,9% da população brasileira. Além disso, o grupo com 60 anos ou mais já corresponde a 15,6% do total populacional, o que impõe desafios crescentes para o sistema de saúde e para a formulação de políticas públicas voltadas à população idosa.

Nesse contexto, o cuidado integral ao idoso assume papel essencial, contemplando não apenas as dimensões biológicas, mas também os aspectos psicológicos, sociais e funcionais envolvidos no processo de envelhecimento. De acordo com estudo realizado em serviços de atenção primária no estado de São Paulo, a implementação da atenção integral ao idoso ainda se encontra em estágio inicial, especialmente nas dimensões de envelhecimento ativo e saudável e de fortalecimento das redes de apoio (Placideli *et al.*, 2020).

Além do cuidado clínico inicial, as atividades de socialização e lazer configuram-se como estratégias fundamentais para o bem-estar físico e emocional da pessoa idosa. Pesquisas indicam que o engajamento em atividades de convivência contribui para o fortalecimento dos vínculos afetivos, a redução da solidão e a promoção da autoestima (Rocha *et al.*, 2022). Assim, promover o envelhecimento ativo requer não apenas políticas de saúde, mas também ações que estimulem a participação social e o lazer, fortalecendo a inclusão e a dignidade da pessoa idosa.

Diante do envelhecimento populacional e dos desafios ao cuidado integral do idoso, torna-se essencial promover ações que abordem o envelhecer de forma multifatorial. O presente relato de experiência tem como objetivo apresentar as vivências de acadêmicos de

Medicina em um projeto de extensão desenvolvido em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), destacando as atividades realizadas, os aprendizados e impactos observados, bem como a relevância do cuidado integral e das práticas de socialização na promoção da qualidade de vida e do envelhecimento saudável.

Métodos/Relato de Experiência

O presente trabalho consiste em um relato de experiência com metodologia descritiva e abordagem qualitativa, desenvolvido por 15 estudantes do 5º período de Medicina, no eixo do Projeto de Integração de Ensino, Pesquisa e Extensão (PIEPE). A ação foi orientada por um docente e realizada em parceria com uma ILPI, que presta cuidados a idosos em situação de vulnerabilidade, promovendo bem-estar e dignidade no envelhecimento.

Inicialmente, foi feita uma visita à instituição para conhecer sua estrutura, funcionamento e necessidades, além de definir as estratégias de intervenção. A partir desse momento, a equipe decidiu promover uma ação de convivência voltada à socialização e ao fortalecimento de vínculos entre os residentes e os estudantes. O planejamento envolveu a definição de atividades, materiais e divisão de responsabilidades entre os participantes, garantindo organização e engajamento coletivo.

A atividade foi realizada em 2 de outubro de 2025, com duração de duas horas, e dividida em dois momentos principais. O primeiro consistiu em um bingo recreativo, com a participação de 15 idosos, visando estimular a memória, o raciocínio e a interação social. Os participantes receberam prêmios simbólicos, reforçando a inclusão e a valorização individual, enquanto os alunos acompanharam e auxiliaram todo o processo, assegurando o envolvimento de todos.

No segundo momento, realizou-se uma confraternização com lanche coletivo, composta por alimentos saudáveis e música ambiente, o que favoreceu um clima de alegria, descontração e troca de experiências. Durante o lanche, os idosos puderam cantar, dançar e compartilhar histórias, fortalecendo laços afetivos e o senso de pertencimento.

Resultado e discussão

A experiência realizada na ILPI demonstrou a relevância do cuidado humanizado ao idoso, alinhando-se à literatura que destaca diálogo, escuta qualificada e reconhecimento da integralidade do ser humano (Lima *et al.*, 2023). Os estudantes demonstraram empatia, sensibilidade e atenção às demandas emocionais e sociais dos residentes, enquanto atividades

de convivência, como bingo e lanche, favoreceram a inclusão social e reduziram sentimentos de isolamento, conforme Veras e Oliveira (2018).

No que tange aos desafios enfrentados, destacaram-se barreiras de comunicação com idosos com déficits cognitivos ou auditivos, além da limitação funcional e resistência inicial de alguns participantes. A equipe precisou demonstrar paciência, flexibilidade e criatividade para adaptar linguagens e estratégias, garantindo a inclusão de todos e a efetividade das ações realizadas. Já entre os fatores que potencializaram a experiência, destacaram-se a postura acolhedora dos estudantes, a criação de um ambiente descontraído e a integração entre teoria e prática. O vínculo estabelecido entre equipe e participantes favoreceu engajamento, autoestima e senso de pertencimento. No entanto, as dificuldades observadas evidenciam a necessidade de maior preparo das equipes, reforçando que o cuidado humanizado envolve práticas educativas, recreativas e sociais, além do atendimento clínico (Silva *et al.*, 2017; Neri, 2019).

Considerações Finais

Por tratar-se de um grupo de idosos em situação de vulnerabilidade, seja pela ausência de vínculos familiares, pela limitação de recursos financeiros ou por condições de saúde que exigem cuidados contínuos, evidenciou-se a necessidade de implementar atividades que favorecessem o contato, a socialização e a interação entre os residentes. Estas ações tiveram como objetivo estimular a convivência, fortalecer os vínculos afetivos e promover o senso de pertencimento, aspectos essenciais para o bem-estar emocional e para a construção de uma convivência mais harmoniosa dentro do centro de acolhimento.

Nesse sentido, percebemos que a atenção à saúde da pessoa idosa demanda uma abordagem multidimensional, que envolva não apenas o cuidado clínico, mas também os aspectos psicológicos, sociais e funcionais do idoso, valorizando o indivíduo em sua integralidade. Além disso, a rápida transição demográfica e o aumento da expectativa de vida reforçam a necessidade de fortalecer políticas públicas voltadas à população idosa, garantindo o acesso equitativo à saúde e à inclusão social. (IBGE, 2023; WHO, 2024).

As experiências vivenciadas durante a realização das atividades e dinâmicas voltadas à interação e ao acolhimento, demonstraram a sua contribuição de forma significativa para o bem-estar e a valorização da pessoa idosa, promovendo momentos de escuta, afetividade e reforçando o papel do idoso como sujeito ativo, autônomo e participativo da sociedade. Tais práticas favorecem a construção de vínculos e o fortalecimento do senso de pertencimento,

elementos essenciais para o envelhecimento saudável e a promoção da saúde mental. (Rocha *et al.*, 2022).

Dessa forma, a participação dos acadêmicos de Medicina possibilitou o desenvolvimento de habilidades comunicativas e empáticas, essenciais para uma prática profissional humanizada. Assim, o projeto reforça a importância da integração ensino-serviço-comunidade como instrumento de formação ética e cidadã, que ultrapassa o espaço acadêmico. Conclui-se, portanto, que iniciativas como PIEPE são fundamentais não apenas para o aprendizado dos futuros profissionais de saúde, mas também para a construção de uma sociedade mais inclusiva e comprometida com o envelhecimento digno e ativo. (Placideli *et al.*, 2020).

Referências

- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Censo Demográfico 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos, 2023.**
- LI, Q, *et al.* Aging and Lifestyle Modifications for Preventing Aging-Related Diseases. **The FASEB Journal**, v. 39, n. 9, 28 abr. 2025.
- LIMA, A. P.; SOUZA, M. R.; CARVALHO, L. S. Cuidado humanizado e envelhecimento: perspectivas para a prática em saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 26, n. 1, p. 1-10, 2023.
- NERI, A. L. Fragilidade e qualidade de vida na velhice. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 10, p. 3753–3762, 2019.
- PLACIDELI, N, *et al.* Avaliação da atenção integral ao idoso em serviços de atenção primária. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, 2020.
- ROCHA, F. N, *et al.* Lazer e qualidade de vida na percepção de pessoas acima de 60 anos. **Revista Mosaico**, v. 7, n. 2, 2022.
- SILVA, R. A.; MENDES, M. C.; GONÇALVES, E. P. Práticas coletivas e promoção da saúde do idoso: desafios e possibilidades. **Revista de Saúde Pública**, v. 51, n. 4, 2017.
- VERAS, R. P.; OLIVEIRA, M. Envelhecimento e saúde pública: desafios e estratégias de atenção. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 2, p. 155–167, 2018.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Ageing and health**. 2024.