



VIVÊNCIA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE: EXPERIÊNCIAS COM AURICULOTERAPIA E BINGO TERAPÊUTICO EM GRUPO DE IDOSOS

Ana Flávia Figueiredo do Amaral¹; Emanuel Davi Tavares de Medeiros²; Pedro Henrique Fernandes Mariz³; Isaac Cavalcante de Castro⁴; João Davi Cordeiro França⁵; Maria Emília Ferreira de Morais⁶; Matheus de Carvalho Felix⁷; Lucineide Alves Vieira⁸

^{1, 2,3,4,5,6,7,8} Afya Paraíba, João Pessoa - PB

Introdução

O processo de envelhecimento é algo natural, progressivo, inevitável e inerente ao ser humano. Tal etapa do ciclo de vida consiste num período de transformações anatômicas, fisiológicas, psicológicas e sociais, as quais refletem de modo significativo a passagem do tempo e a história de vida de cada indivíduo (Silva; Santos; Oliveira, 2022). Entretanto, embora seja algo biológico, o envelhecimento pode consistir numa fase de desafios que afetam a autonomia, a autoestima e o bem-estar do ser humano.

Uma nova configuração demográfica e social passa a existir com o aumento significativo da expectativa de vida, gerado pelos inúmeros avanços nas melhorias de condições de vida, no acesso a recursos fundamentais e na área da medicina. A população idosa, no Brasil, cresce em ritmo exponencial, exigindo das políticas públicas, do sistema de saúde e até mesmo da própria sociedade um olhar mais atento, humanizado e empático no que diz respeito ao envelhecer. (Brasil,2020; World Health Organization, 2024)

Contudo, o processo de envelhecimento ainda é permeado por vulnerabilidades. Situações como a perda da independência funcional, o afastamento familiar, a solidão, o isolamento social e a falta de trato da sociedade destinada a essa parcela populacional são fatores que - infelizmente - acompanham o cotidiano de boa parte dos idosos, comprometendo tanto a sua saúde física quanto a emocional. Nessa perspectiva, as Instituições de Longa Permanência (ILP's) configuram-se como espaços essenciais de acolhimento e cuidado especializado. Porém, é fundamental que essas instituições não se limitem ao assistencialismo e sirvam como ambientes de convivência, troca e afeto, no qual o idoso seja sujeito ativo, participativo e detentor de experiências e saberes os quais sejam valorizados (Silva; Santos; Oliveira, 2022).

Diante dessa situação, o lazer e as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) surgem como fortes estratégias para promover o bem-estar físico e emocional desse público. Dessa maneira, atividades como jogos terapêuticos, sobretudo os que exigem interação em grupo, e intervenções Integrativas - como a auriculoterapia - estimula sensações de relaxamento, prazer e pertencimento àquele lugar, sendo refletido na melhoria do humor, no alívio de tensões, na quebra de possíveis barreiras sociais existentes no próprio espaço e no fortalecimento de vínculos interpessoais (Li et al., 2025). A partir disso, a introdução dessas PICS no contexto das Instituições de Longa Permanência permite uma abordagem mais abrangente na geometria

do cuidado, reafirmando princípios da integralidade, da equidade e da humanização preconizados no Sistema Único de Saúde (SUS).

Portanto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Medicina em uma Instituição de Longa Permanência na cidade de João Pessoa - PB. Por meio de uma ação de extensão, foram associados a auriculoterapia e o jogo do bingo como ferramentas de promoção da saúde e do bem-estar dos usuários da casa. Dessa maneira, a vivência possibilitou observar os impactos positivos dessas intervenções sobre o corpo e a mente e refletir sobre o papel do acadêmico de medicina no cuidado empático e interdisciplinar voltado ao processo de envelhecimento.

Relato de Experiência

O presente estudo trata-se de um relato de experiência desenvolvido a partir de vivências com um grupo de idosos de faixa etária heterogênea, residentes em uma Instituição Filantrópica e de Longa Permanência localizada na cidade de João Pessoa, Paraíba. A intervenção ocorreu durante o turno da tarde e teve como proposta principal a realização de uma ação voltada à promoção da saúde e do bem-estar, contemplando a auriculoterapia, uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), associada a uma atividade lúdico-terapêutica com o jogo de bingo. A ação foi conduzida com o auxílio de um grupo de acadêmicos do curso de Medicina, sob orientação e acompanhamento supervisionado.

Inicialmente, realizou-se a aplicação da auriculoterapia em um total de 30 idosos presentes na instituição, dos quais 10 aceitaram participar ativamente do procedimento. Em cada participante, foram utilizados até seis pontos auriculares, sendo três destinados ao relaxamento geral e os demais selecionados conforme as necessidades individuais identificadas durante a escuta clínica. Todo o processo seguiu rigorosamente o protocolo de higienização, com a limpeza do pavilhão auricular utilizando álcool 70% antes da aplicação das sementes. Além disso, cada idoso recebeu orientações específicas quanto aos cuidados posteriores com os pontos e à importância da continuidade da prática como instrumento de autocuidado.

Posteriormente, foi realizada a atividade lúdica terapêutica com o jogo de bingo, momento de grande interação e descontração entre os participantes. Cada idoso recebeu uma cartela individual, e os estudantes de Medicina prestaram apoio na marcação e conferência dos números sorteados. A dinâmica favoreceu o fortalecimento dos vínculos afetivos, a socialização entre os residentes e o estímulo cognitivo, configurando-se como uma ação de caráter terapêutico, integrador e humanizado.

Ao final da atividade, os cinco primeiros idosos que completaram suas cartelas foram contemplados com brindes simbólicos, previamente organizados pelos acadêmicos de Medicina como forma de incentivo e reconhecimento pela participação. A tarde foi marcada por

momentos de convivência, diálogo, amorosidade e integração, nos quais cada indivíduo pôde compartilhar histórias, opiniões e vivências que expressam suas trajetórias de vida. Essa troca interpessoal revelou-se uma experiência enriquecedora tanto para os idosos quanto para os estudantes, ao proporcionar aprendizados sobre empatia, escuta sensível e humanização do cuidado. Assim, a ação evidenciou o potencial das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde associadas a atividades lúdico-terapêuticas como ferramentas eficazes para a promoção da saúde, o fortalecimento de vínculos e a valorização do envelhecimento ativo e participativo.

Resultados e Discussão

A ação interdisciplinar com práticas de auriculoterapia e bingo terapêutico junto a idosos institucionalizados mostrou-se relevante para promover o bem-estar físico, emocional e social dessa população. Observou-se ampla adesão e satisfação dos participantes, evidenciando o potencial das práticas integrativas e lúdicas na promoção da saúde.

A auriculoterapia foi aplicada considerando pontos auriculares ligados ao relaxamento e à analgesia, contemplando queixas como insônia, dores musculares, ansiedade e estresse. Os idosos relataram sensação de leveza e tranquilidade, confirmando achados da literatura que destacam a eficácia e o baixo custo dessa prática na melhoria da qualidade de vida (Silva; Santos; Oliveira, 2022). A escuta ativa e o toque humanizado fortaleceram o vínculo entre estudantes e idosos, em consonância com o cuidado integral e humanizado proposto pelas políticas públicas (Brasil, 2020).

O bingo terapêutico, por sua vez, estimulou cognição, memória e interação, favorecendo o senso de pertencimento e a integração entre residentes, equipe acadêmica e profissionais. Assim, a atividade assumiu papel terapêutico e relacional, contribuindo para a saúde mental e emocional.

A interdisciplinaridade foi um ponto central, unindo práticas clínicas, integrativas e lúdicas em uma abordagem integral do idoso, conforme os princípios do SUS. A experiência também impactou a formação dos estudantes, promovendo empatia, reflexão crítica e compromisso ético, consolidando a extensão universitária como espaço de aprendizado humanizado e socialmente engajado.

Conclui-se que a auriculoterapia e o bingo terapêutico geraram benefícios tanto para os idosos quanto para os estudantes, reafirmando a importância de ações interdisciplinares e integrativas no cuidado à população idosa e na promoção da saúde.

Considerações Finais

A experiência vivenciada na Instituição de Longa Permanência evidenciou a importância das ações extensionistas e interdisciplinares na promoção da saúde e no fortalecimento do cuidado humanizado ao idoso. A integração entre a auriculoterapia e o bingo terapêutico demonstrou que o uso de práticas integrativas e atividades lúdicas pode contribuir

significativamente para o bem-estar físico, emocional e social dessa população, promovendo momentos de acolhimento, escuta e socialização.

Além de favorecer a qualidade de vida dos participantes, a atividade possibilitou aos estudantes de Medicina o desenvolvimento de competências essenciais à formação em saúde, como empatia, comunicação e valorização do cuidado integral. Essa vivência reafirma o papel transformador da extensão universitária na articulação entre teoria e prática, ao aproximar o acadêmico das realidades sociais e das demandas humanas do envelhecimento.

Assim, conclui-se que iniciativas como essa fortalecem os princípios do Sistema Único de Saúde: universalidade, integralidade e equidade e reafirmam a relevância das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde como ferramentas eficazes na atenção à pessoa idosa. Promover o cuidado ampliado, centrado no sujeito e pautado na humanização, constitui um caminho indispensável para a construção de uma formação médica ética, sensível e socialmente comprometida.

Referências

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação. Rio de Janeiro: IBGE, 2023.

LI, Q. et al. Aging and lifestyle modifications for preventing aging-related diseases. *FASEB Journal*, Bethesda, v. 39, n. 9, p. e70575, 15 maio 2025. DOI: 10.1096/fj.202402797RR.

MENEZES, J. R.; OLIVEIRA, L. S.; COSTA, F. C. Prevalência e fatores associados à dor crônica em idosos na Atenção Primária. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 1–10, 2021.

NASCIMENTO, C. M. et al. Práticas integrativas e complementares no cuidado à dor crônica: revisão integrativa. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, Recife, v. 16, n. 3, p. 1–9, 2022.

SANTOS, A. P.; PEREIRA, F. R.; LIMA, M. J. Uso racional de analgésicos e manejo da dor crônica na população idosa. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 44, n. 126, p. 310–320, 2020.

