II JORNADA NACIONAL DE EXTENSÃO DA UEMA
II FÓRUM ACADÊMICO INDÍGENA DA UEMA
TEMA: EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E DESENVOLVIMENTO SOCIOPRODUTIVO
27 A 29 DE MAIO | UEMA SÃO LUÍS-MA

CORES DA VIDA: SAÚDE, EXPRESSÃO CRIATIVA E QUALIDADE DE VIDA PARA IDOSOS ATRAVÉS DA PINTURA E ARTES VISUAIS

Andrezza Evellyn Rocha Tavares
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Campus Caxias (MA)
Davi Daniel Lopes Duarte
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Campus Caxias (MA)
Dennis Ayran Trindade de Oliveira
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Campus Caxias (MA)
Naiara Rita Fernandes Barroso
Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Campus Teresina (PI)
Carlos Augusto Silva de Azevedo
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Campus Caxias (MA)

Resumo: O envelhecimento populacional mentalmente saudável é um desafio na hipermodernidade. Nesse viés, o projeto buscou desenvolver ações que promovam o estímulo cognitivo e o bem-estar emocional para idosos através das artes e da expressão artística e cultural aos idosos no Centro de Convivência dos Idosos, para promover o bem estar físico, social e mental na cidade de Caxias, MA. O estudo foi realizado no Centro de Convivência dos Idosos (Caxias-MA), seguiu três fases: planejamento, execução e avaliação; após alinhamentos, foram organizados materiais e roteiros, ministradas oficinas de pintura e desenho com suporte musical, registros fotográficos e exposição final fixa das obras. Observou-se melhora da coordenação motora fina, maior segurança do traço, relaxamento, satisfação e incremento da socialização; a fotografia documentou o percurso e reforçou o pertencimento. De forma não prevista, emergiram diálogos e partilhas de vivências, inclusive traumáticas, com benefícios psicológicos (alívio, vínculos fortalecidos e melhora subjetiva). Conclui-se que a integração arte-cultura foi eficaz na promoção de saúde e convivência na velhice, gerou produtos duráveis, ampliou a visibilidade do Centro e proporcionou à equipe aprendizados em empatia, escuta ativa e comunicação, sustentando continuidade e replicabilidade.

Palavras-chave: Arteterapia, Envelhecimento, Coordenação motora, Socialização

COLORS OF LIFE: HEALTH, CREATIVE EXPRESSION AND QUALITY OF LIFE FOR ELDERLY PEOPLE THROUGH PAINTING AND VISUAL ARTS

Abstract: Healthy aging of the population is a challenge in hypermodernity. In this context, the project sought to develop actions that promote cognitive stimulation and emotional well-being for the elderly through arts and artistic and cultural expression at the Senior Citizens' Center, to promote physical, social, and mental well-being in the city of Caxias, MA. The study was conducted at the Senior Citizens' Center (Caxias-MA) and followed three phases: planning, execution, and evaluation. After alignment, materials and scripts were organized, painting and drawing workshops with musical accompaniment were conducted, photographic records were made, and a final permanent exhibition of the works was held. Improvements in fine motor coordination, greater confidence in drawing, relaxation, satisfaction, and increased socialization were observed; The photography documented the journey and reinforced a sense of belonging. Unexpectedly, dialogues and sharing of experiences, including traumatic ones, emerged, with psychological benefits (relief, strengthened bonds, and subjective improvement). It is concluded

aevenllyn@gmail.com, academico.dados@gmail.com, dennisayran@gmail.com, naiara28fb@gmail.com, casazevedo08@gmail.com

that the integration of art and culture was effective in promoting health and social interaction in old age, generated lasting products, increased the visibility of the Center, and provided the team with learning experiences in empathy, active listening, and communication, supporting continuity and replicability

Keywords: Art therapy, Aging, Motor coordination, Socialization

1. Introdução

O envelhecimento populacional constitui um fenômeno social e sanitário relevante, exigindo estratégias que favoreçam autonomia, participação social, bem-estar emocional e qualidade de vida na velhice. Nesse contexto, pessoas idosas podem vivenciar barreiras de acesso a experiências culturais, isolamento social, redução da autoestima, estresse e perdas funcionais, o que demanda ações de cuidado articuladas à saúde, à convivência e ao pertencimento comunitário (BRASIL, 2003; SBGG, 2014). As intervenções artísticas em ambiente coletivo, especialmente por meio da pintura e do desenho, configuram-se como tecnologias leves de cuidado, pois estimulam a coordenação motora fina, a cognição, a percepção visuoespacial, a criatividade e a expressão emocional. Além disso, podem contribuir para redução do estresse, melhora do humor, fortalecimento de vínculos e mitigação do isolamento social entre idosos (LIU et al., 2021; JENKINS et al., 2021; CHIANG et al., 2024).

Apesar desse potencial, a oferta sistemática de práticas artístico-culturais voltadas à população idosa ainda é limitada em muitos espaços de convivência, especialmente diante da restrição de recursos humanos, materiais e metodológicos. Tal cenário reforça a necessidade de ações extensionistas capazes de integrar arte, saúde e socialização de forma acessível, acolhedora e adequada às condições funcionais e subjetivas desse público.

Diante disso, o projeto “Cores da Vida: saúde, expressão criativa e qualidade de vida para idosos através da pintura e artes visuais” buscou integrar oficinas de pintura e desenho ao cotidiano do Centro de Convivência dos Idosos, em Caxias-MA, com o objetivo de estimular a expressão artística, a socialização, a coordenação motora e o bem-estar emocional dos participantes. Trata-se de um relato de experiência extensionista, desenvolvido em três etapas: planejamento, execução e avaliação, envolvendo oficinas de artes visuais, recreação, música, registros fotográficos e exposição final das produções. Esse resumo está dividido em cinco seções. A primeira apresenta a contextualização, o problema, a justificativa e o objetivo do trabalho; a segunda descreve a metodologia; a terceira expõe os resultados; a quarta discute os achados à luz da literatura; e a quinta reúne as conclusões, limitações e possibilidades de continuidade da proposta.

2. Metodologia

Trata-se de relato de experiência extensionista vinculado ao Programa Bolsa Cultura 2024-2025, no eixo de artes visuais. A ação foi realizada no Centro de Convivência dos Idosos, situado na Rua Alto da Cruz, nº 3160, bairro Nova Caxias, Caxias (MA), com

aevenllyn@gmail.com, academico.dados@gmail.com, dennisayran@gmail.com, naiara28fb@gmail.com, casazevedo08@gmail.com

público composto por idosos de 60 a 90 anos frequentadores do serviço. O percurso totalizou 80 horas de atividades e envolveu 25 participantes diretamente acompanhados pela equipe executora.

A metodologia foi estruturada em três fases. A primeira correspondeu ao planejamento, com reunião junto à direção do CCI, definição de cronograma, organização do espaço, preparação de materiais de pintura e desenho - tintas, pincéis, telas, papéis e giz -, seleção musical, recursos de recreação e autorização para registros fotográficos. A segunda fase consistiu na execução das oficinas e ações culturais. Inicialmente, o projeto foi apresentado aos idosos, com explicação dos objetivos, da dinâmica de participação e do uso de música, fotografia, jogos e exposição final.

Na oficina “Pinceladas de Tinta: a arte da expressão em cores”, os participantes exploraram cores, gestos e afetos por meio da pintura, produzindo telas relacionadas a lembranças, preferências e estados emocionais. Na oficina “Desenhos com Giz: traços de memória e imaginação”, realizaram exercícios de traço, contorno, sombreamento e composição livre, respeitando ritmos e limitações individuais. As ações de recreação e jogos funcionaram como pausas ativas e dispositivos de interação; a música compôs ambiência favorável à concentração; e a fotografia documentou o processo e as obras. A terceira fase correspondeu à avaliação, baseada em observação direta, lista de presença, diário de campo, registros fotográficos, síntese narrativa dos resultados e exposição final das obras.

3. Resultados

As atividades apresentaram adesão consistente dos idosos e progressiva familiaridade com os materiais artísticos. Na pintura, observou-se ampliação do uso de cores, maior liberdade gestual e associação espontânea entre cor, memória e afeto. No desenho com giz, verificou-se evolução gradual da segurança do traço, maior controle manual, melhora perceptível da coordenação motora fina e ampliação da atenção aos contornos e à organização espacial das composições.

Do ponto de vista subjetivo e relacional, os participantes relataram relaxamento, satisfação, distração positiva e maior disposição para permanecer nas atividades coletivas. As ações de recreação, música e jogos favoreceram a socialização, reduziram a rigidez inicial de alguns encontros e estimularam a cooperação entre os participantes. A fotografia, além de registro documental, contribuiu para a valorização das produções e para a formação de um acervo utilizado na exposição permanente das obras no próprio Centro.

Um resultado não previsto foi a emergência de diálogos mais profundos durante e após as oficinas. Alguns idosos compartilharam vivências pessoais e experiências difíceis, acolhidas pela equipe e pelos pares com escuta sensível. Esses momentos foram associados a alívio emocional, fortalecimento de vínculos, reconhecimento de trajetórias individuais e melhora da autoimagem. Para a equipe executora, a experiência gerou aprendizagem em empatia, comunicação clara, escuta ativa, adaptação de linguagem e manejo do tempo das atividades.

aevenllyn@gmail.com, academico.dados@gmail.com, dennisayran@gmail.com, naiara28fb@gmail.com, casazevedo08@gmail.com

Figura 1 – Desenvolvimento da oficina "Pinceladas de Tinta - A Arte da Expressão em Cores"



Fonte: Tavares, A.E.R (2025)

Figura 2 – Desenvolvimento da oficina "Desenhos com Giz - Traços de Memória e Imaginação"



Fonte: Tavares, A.E.R (2025)

4. Discussão

Os resultados observados são coerentes com a literatura que compreende a arte como recurso de mediação entre expressão subjetiva, estímulo cognitivo e fortalecimento de vínculos. A pintura e o desenho mobilizam funções motoras e perceptivas, mas também favorecem a elaboração simbólica e comunicação de experiências que, muitas vezes, não emergem em formatos convencionais de conversa. Essa característica explica a associação observada entre produção artística, relaxamento, socialização e partilha de memórias (Liu et al., 2021; Chiang et al., 2024).

No caso do CCI, a potência da intervenção não esteve apenas na técnica artística, mas na combinação entre regularidade dos encontros, ambiente acolhedor, reconhecimento das obras e participação coletiva. Projetos artísticos em saúde tendem a produzir efeitos mais consistentes quando articulam criação, pertencimento e visibilidade social, pois a obra final passa a funcionar como evidência pública de capacidade, memória e autoria (Jenkins; Farrer; Aujla, 2021). A exposição permanente, portanto, não foi mero produto final: constituiu dispositivo de reconhecimento e valorização dos participantes. A experiência também confirma a pertinência de ações extensionistas de baixo custo e alta aderência para equipamentos comunitários voltados à pessoa idosa. As limitações

envolveram variações de energia do grupo, ajustes no ritmo das sessões e reorganizações de espaço conforme a rotina do serviço. Ainda assim, a flexibilidade metodológica permitiu preservar os objetivos centrais. Como desdobramento, recomenda-se continuidade em ciclos regulares, ampliação do acervo e incorporação das oficinas à rotina institucional do Centro.

5. Conclusões

O projeto Cores da Vida demonstrou que a integração entre artes visuais, recreação, música e fotografia pode operar como estratégia efetiva de promoção da saúde, da convivência e da qualidade de vida na velhice. A proposta alcançou seu objetivo ao estimular a coordenação motora fina, expressão emocional, socialização e pertencimento entre idosos frequentadores do Centro de Convivência dos Idosos de Caxias (MA).

Os principais resultados incluíram maior segurança no uso de materiais artísticos, melhora perceptível do traço, relaxamento, satisfação, ampliação do diálogo e fortalecimento de vínculos. A exposição permanente das obras consolidou produto durável para o Centro e ampliou a visibilidade das trajetórias dos participantes. Como limitação, destaca-se a avaliação predominantemente observacional, sem aplicação de instrumentos padronizados de qualidade de vida ou saúde mental. Para ações futuras, recomenda-se manter ciclos regulares de oficinas, ampliar o acompanhamento longitudinal e associar indicadores qualitativos e quantitativos de bem-estar, funcionalidade e participação social.

Referências

BRASIL. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 3 out. 2003.

CHIANG, L. et al. Visual art therapy and its effects in older people with mild cognitive impairment: a systematic review. International Journal of Geriatric Psychiatry, v. 39, n. 1, 2024.

JENKINS, L. K.; FARRER, R.; AUJLA, I. J. Understanding the impact of an intergenerational arts and health project: a study into the psychological well-being of participants, carers and artists. Public Health, v. 194, p. 121-126, 2021.

LIM, W. P.; CHEW, R. J. Y.; O'CALLAGHAN, C. Psychological health in palliative care: thematic analysis of a psychiatrist's and an art therapist's clinical reflexive journals. Palliative Medicine, v. 38, n. 7, p. 737-745, 2024.

LIU, Q. et al. Art therapies and cognitive function in elderly with subjective cognitive decline: a protocol for a network meta-analysis. BMJ Open, v. 14, n. 4, e079146, 2024.

LIU, Z. et al. An investigation into art therapy aided health and well-being research: a 75-year bibliometric analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 19, n. 1, p. 232, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. Envelhecimento no Brasil e saúde do idoso: SBGG divulga Carta Aberta à população. Rio de Janeiro: SBGG, 2014.

aevenllyn@gmail.com, academico.dados@gmail.com, dennisayran@gmail.com, naiara28fb@gmail.com, casazevedo08@gmail.com