



RELATO DE EXPERIÊNCIA

TÍTULO: ATIVIDADES LÚDICAS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA.

CATEGORIA:

ÁREA TEMÁTICA

Emele Caroline Rodrigues Pinto¹

Marjorie Jacqueline dos Santos Moulaz²

Vida Boaventura Moreira Guedes³

Resumo: O presente estudo tem como objetivo de descrever a realização de uma ação extensionista implementando atividades lúdicas em uma Instituição de Longa Permanência para idosos (ILPI) localizada em porto velho – RO, desenvolvida por acadêmicos de enfermagem através de um projeto de extensão “Agentes da Felicidade”. Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa e descritiva, desenvolvido por meio de observação e percepção vivenciada dos participantes durante a ação. A intervenção se deu através de atividades lúdicas, apoio na rotina alimentar, momentos de escuta ativa e socialização, rompendo a monotonia institucional e promovendo cuidado humanizado e integral dos idosos. Os resultados evidenciam que a implementação de atividades lúdicas contribuiu para o aumento da participação dos idosos, promovendo momentos de alegria, melhora na comunicação e interação social. A experiência demonstrou que as atividades lúdicas são importantes estratégias terapêuticas, contribui para a redução de isolamento social, melhora na autonomia, qualidade de vida, e na saúde mental dos idosos institucionalizados. Concluiu-se que a ludicidade é necessária no cuidado humanizado, contribuindo para o envelhecimento ativo. Além disso, essa abordagem possibilitou aos acadêmicos de enfermagem uma conexão teórico-prática em um contexto humanizado do cuidado.]

Palavras Chave: Idosos. Saúde. Cuidado. Atividades. Instituição

INTRODUÇÃO

¹ Enfermagem. Afya São Lucas – Porto Velho (RO), emylecaroline000@gmail.com.

² Enfermagem. Afya São Lucas – Porto Velho (RO), marjoriejacqueline1204@gmail.com

³ Enfermagem. Afya São Lucas – Porto Velho (RO), vidaboaventura18@gmail.com



Atualmente o Brasil passa por uma rápida mudança demográfica, marcada pelo crescimento expressivo da população idosa nas últimas décadas. No período de 2000 a 2023, a proporção de idosos (60 anos ou mais) na população brasileira quase duplicou, subindo de 8,7% para 15,6% (Agência Senado, 2025). Com o envelhecimento populacional se faz necessário estratégias focadas para a saúde integral do idoso por políticas públicas para melhor qualidade de vida, inclusão social e autonomia para as pessoas idosas, principalmente para os que estão em maior vulnerabilidade social.

Dentro da rede de cuidado de pessoas idosas, encontra-se a instituição de longa permanência para idosos (ILPI), que são locais destinados a pessoas idosas que necessitam de cuidado de saúde contínuo, possuindo ou não apoio familiar, que se encontram em maior vulnerabilidade social. Entretanto mesmo com sua assistência estudos apontam grande impacto na saúde mental dos residentes. Os idosos que vivenciam o processo de institucionalização além de carregarem limitações resultantes do processo do envelhecimento adquirem sintomas resultantes do isolamento e abandono (Pinto et al., 2023, p.1).

Desta forma é necessário que seja implementado estratégias de cuidado que abordam as pessoas idosas em sua forma biopsicossocial, levando em consideração seus aspectos sociais, emocionais, cognitivos, e funcionais saindo assim do modelo biomédico, para a melhoria do bem estar dos idosos. As atividades lúdicas são uma grande ferramenta para a melhora no cuidado humanizado, pois contribuir de forma fundamental para a melhoria da autoestima, bem como podem reduzir os fatores estressores, minimizando a ansiedade e a angústia presentes no cotidiano (Costa et al., 2017, p. 2).

Intervenções baseadas em atividades lúdicas Práticas como música, dança, poesia e jogos colaboram para o enfrentamento do isolamento e da monotonia institucional, favorecendo a saúde mental e emocional (Silva et al., 2025, p2). A dança, por exemplo, favorece a coordenação motora e equilíbrio, dança desperta emoções positivas, prazer e socialização (Witter et al., 2013, p. 193). Já jogos de acertar o alvo são práticas que ajudam no fortalecimento do foco cognitivo de forma divertida na pessoa idosa.



Para o fortalecimento e efetivação de tais práticas é necessário que ocorra ações voltadas para a melhoria do bem estar do idoso, estimulando um ambiente mais participativo e acolhedor. A realização de projetos de extensão em lares de idosos traz uma atenção integral, efetiva e humanizada, trazendo o envelhecimento ativo, integrando seus conhecimentos teóricos-práticos dos discentes, aproximando a comunidade acadêmica com a sociedade.

Desta forma, este relato de experiência tem como objetivo relatar a visita e experiência de uma intervenção lúdica em uma instituição de longa permanência para idosos na capital de porto velho-RO. Ação realizada por discentes de enfermagem através de um projeto de extensão da instituição acadêmica, com o objetivo de promover o bem estar físico e emocional, autonomia, socialização, e valorização efetiva aos idosos, implementando um modelo de cuidado humanizado, abordando todas dimensões do envelhecimento.

MATERIAIS E MÉTODOS/PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo apresenta uma narrativa sobre uma experiência de cunho qualitativo e descritivo. De acordo com (MINAYO, 2014), a pesquisa qualitativa em saúde busca compreender significados, experiências e dimensões subjetivas dos sujeitos, não se restringindo à mensuração numérica. A experiência foi realizada em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) localizada em Porto Velho, Rondônia, no período da manhã em dezembro 2025 no âmbito do projeto social "Agentes da Felicidade" da Afya Centro Universitário São Lucas.

O local da ação foi a instituição mencionada, e a população consistiu nos idosos residentes, nos funcionários e nos estudantes voluntários. A observação participante e o registro em um diário de campo foram utilizados como métodos de coleta de dados, ferramentas essenciais para a estruturação do relato da experiência. A observação participante possibilita que o pesquisador se insira no contexto analisado, interagindo diretamente com o ambiente e as pessoas (MINAYO, 2014).

Os procedimentos metodológicos foram divididos em quatro fases operacionais:



- **Mobilização e Coleta:** Antes da visita, os voluntários organizaram uma campanha interna e externa para arrecadar fraldas geriátricas, com o objetivo de atender às necessidades materiais da ILPI em Porto Velho.
- **Intervenção Recreativa (Terapia do Riso):** No dia da ação, os estudantes se vestiram como palhaços (roupas coloridas, maquiagem e acessórios). Foram realizadas dinâmicas diretas, jogos e momentos de escuta atenta. "As atividades lúdicas promoveram interação social, melhora no humor e preservação cognitiva nos idosos institucionalizados" (ROCHA et al., 2021).
- **Apoio Nutricional:** Os voluntários auxiliaram a equipe técnica da instituição na organização da distribuição dos lanches aos idosos, assegurando que o momento da alimentação fosse marcado por interação social e afeto.
- **Análise Reflexiva:** Os dados foram avaliados por meio da comparação entre a prática vivenciada e a literatura sobre humanização e gerontologia.

A abordagem respeitou os princípios éticos, priorizando a dignidade dos idosos e o anonimato dos participantes. Dessa forma, o processo metodológico não se limitou à execução de tarefas, mas proporcionou uma construção dialógica entre o conhecimento acadêmico e a realidade social da capital rondoniense.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A vivência na Instituição de Longa Permanência para Idosos evidenciou que a inserção de atividades lúdicas no cotidiano institucional promoveu mudanças perceptíveis no comportamento e na interação dos residentes. Observou-se maior engajamento nas atividades propostas, ampliação da comunicação entre os próprios idosos e demonstrações espontâneas de alegria, como risos, comentários e participação ativa nas dinâmicas. Esses achados corroboram a literatura que aponta que intervenções recreativas contribuem para redução do isolamento social e melhora do bem-estar emocional em ambientes institucionalizados (Silva et al., 2025).



Durante os momentos de socialização coletiva, foi possível perceber que a ambientação descontraída e afetiva favoreceu a aproximação entre residentes e acadêmicos, fortalecendo vínculos interpessoais. A quebra temporária da rotina rígida da instituição possibilitou maior expressão de emoções e recordações, evidenciando o potencial terapêutico do cuidado humanizado. Conforme descrito por Costa et al. (2017), atividades lúdicas elevam a autoestima e reduzem fatores estressores presentes no cotidiano da pessoa idosa institucionalizada, contribuindo para um ambiente mais acolhedor e participativo.

No que se refere aos estímulos cognitivos, as interações individuais e coletivas favorecem concentração, memória e coordenação motora, especialmente durante atividades que exigiam atenção e participação ativa. Observou-se que, quando incentivados, os idosos demonstraram interesse e capacidade de envolvimento, contrariando estigmas relacionados à incapacidade funcional na velhice. Esse resultado dialoga com estudos que indicam que práticas recreativas e ocupacionais auxiliam na manutenção das funções cognitivas e no fortalecimento da autonomia da pessoa idosa (Witter et al., 2013).

Outro aspecto relevante foi o impacto emocional da interação intergeracional. A troca de experiências, a escuta atenta e a valorização das histórias de vida favoreceram o sentimento de pertencimento social dos residentes, frequentemente fragilizado no processo de institucionalização, conforme discutido por Pinto et al. (2023). A aproximação afetiva demonstrou que o cuidado extrapola dimensões físicas, alcançando necessidades subjetivas relacionadas à atenção, reconhecimento e acolhimento.

As evidências observadas reforçam a importância de estratégias que contemplem a dimensão *biopsicossocial* do envelhecimento, superando o modelo centrado exclusivamente na doença. A experiência demonstrou que intervenções lúdicas não apenas promovem momentos de entretenimento, mas configuram-se como ferramentas terapêuticas capazes de contribuir para saúde mental, socialização e manutenção da autonomia, alinhando-se ao conceito de envelhecimento ativo apresentado na literatura.



Fotografia 1 – Acadêmicos caracterizados e com as doações de fraldas para realização de atividades lúdicas na instituição.



Fonte: Os autores.

Fotografia 2 – Momento de socialização coletiva entre idosos e extensionistas.





Fonte: Os autores.

Fotografia 3 – Equipe extensionista após a realização das atividades.



Fonte: Os autores.

De forma geral, os resultados evidenciam que ações extensionistas fundamentadas em práticas lúdicas constituem estratégias eficazes na promoção da saúde integral da pessoa idosa institucionalizada. A experiência demonstrou que o cuidado humanizado, quando aplicado de maneira sensível e fundamentada teoricamente, promove impactos positivos no bem-estar emocional, na interação social e na valorização da autonomia dos residentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

A passagem pela Instituição de Longa Permanência para Idosos em Porto Velho evidenciou que o amparo ao idoso vai além da assistência técnica e do tratamento de doenças. A realização de atividades divertidas, como a Terapia do



Riso e ações de interação social, mostrou-se uma forma terapêutica valiosa, que consegue quebrar a rotina do local e recuperar a individualidade dos moradores.

Percebeu-se que simples atitudes fundamentadas no carinho e na atenção geram impactos rápidos na saúde mental, notados pelo aumento da comunicação, do riso e do convívio social. Essas ações combatem diretamente o isolamento, um dos maiores problemas do envelhecimento em instituições, incentivando um sentimento de inclusão e respeito pela trajetória de cada pessoa.

Para os estudantes de enfermagem, a experiência por meio do projeto de extensão permitiu um entendimento amplo do modelo de cuidado biopsicossocial. A prática possibilitou que o saber teórico fosse aplicado de maneira humana, capacitando futuros profissionais para uma visão mais atenta e completa diante da mudança demográfica brasileira.

Entende-se que o estímulo a projetos entre gerações e a inserção de atividades recreativas na programação fixa das instituições são necessários para assegurar um envelhecimento ativo e respeitoso. Aconselha-se que a ludicidade não seja encarada apenas como diversão momentânea, mas como uma tática de saúde pública fundamental para a preservação da autonomia e do bem-estar emocional na terceira idade.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA SENADO. *Envelhecimento da população impulsiona novas ações em defesa dos idosos*. Brasília, 18 jun. 2025. Disponível em:

<https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2025/06/envelhecimento-da-populacao-impulsiona-novas-acoes-em-defesa-dos-idosos>

COSTA, Iluska Pinto da; COSTA, Stéphaney Pereira da; PIMENTA, Cláudia Jeane Lopes; LIMA, Rubens Félix de; BRITO, Maria José Menezes. *A importância das atividades lúdicas para a saúde mental do idoso institucionalizado: um relato de experiência*. In: II CONBRACIS — Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde, 2017, Campina Grande (PB). Anais... Realize Editora, 2017. Disponível em:

https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2017/TRABALHO_EV071_MD1_SA4_ID775_15052017221506.pdf

PINTO, W. A.; JUNIOR, O. M. S.; SÁ, M. O. B.; FERREIRA, G. Saúde mental do idoso: perspectivas biopsicossociais pós institucionalização. In: IF INTEGRA 2023, 2023. Anais eletrônicos... Disponível em:

https://eventos.ifnmg.edu.br/if_integra_2023/650360c212b83.pdf



SILVA, Michel Siqueira da; ARAÚJO, Mayara Priscilla Dantas; LEÃO, Júlia Danielle de Medeiros; RODRIGHEIRO JÚNIOR, João Carlos Romano; SANTOS, Josiane Pereira dos; TEIXEIRA, Clemer Mateus Gomes; CORREA, Ítalo Henrique Martins; COELHO, Kellen Rosa; TORRES, Gilson de Vasconcelos; NUNES, Vilani Medeiros de Araújo.

Atividades lúdicas para pessoas idosas em instituições de longa permanência.

Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 25, n. 6, 2025. DOI:

<https://doi.org/10.25248/REAS.e20552.2025>

WITTER, Carla; BURITI, Marcelo de Almeida; SILVA, Gleice Branco; NOGUEIRA, Renatta Simões; GAMA, Eliane Florêncio. **Envelhecimento e dança: análise da produção científica na Biblioteca Virtual de Saúde.** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 191-199, 2013. DOI:

<https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000100020>

MINAYO, M. C. de S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MINAYO, M. C. de S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

ROCHA, A. C. da et al. Atividades lúdicas como terapia em idosos institucionalizados: relato de experiência. ****Revista APS****, Juiz de Fora, 2021. Disponível em:

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/33919>