



## A arteterapia como estratégia para a promoção da saúde e bem-estar de idosos: experiências do Projeto Bem Viver.

*Leticia da Silva Honoro<sup>1</sup>, Maria Vitória Gonçalves de Vasconcelos<sup>2</sup>, Angélica de Sousa Dantas<sup>3</sup>, Maria Maysa Silva<sup>4</sup>, Romércia Batista Santos<sup>5</sup>, Robson Gomes da Silva<sup>6</sup>, Iluska Pinto da Costa<sup>7</sup>*  
*iluska.pinto@professor.ufcg.edu.br*

**Resumo:** O Projeto de Extensão Bem Viver, teve como objetivo promover por meio de atos o conhecimento sobre saúde, para idosos. Desenvolvidas presencialmente nos locais: Instituição de Longa Permanência para Idosos Luca Zorn e no Centro de Referência de Assistência Social, em Cajazeiras-PB. Utilizando-se da arteterapia como principal estratégia no desenvolvimento de atividades interativas, em busca de um melhor autocuidado para esses, as atividades alcançaram seus objetivos e resultados esperados.

**Palavras-chaves:** Arteterapia, Idosos e Autocuidado.

### 1. Introdução

O Projeto de extensão “BemViver: ações educativas voltadas à promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida de idosos” abordou diversas ações com o objetivo de promover a educação em saúde por meio de orientações aos idosos sobre diversos aspectos referentes ao bem-estar e à saúde. Nesse sentido, todas as atividades foram desenvolvidas de modo presencial, por meio de reuniões e rodas de conversa, por exemplo, a partir de abordagens lúdicas e interativas com a participação de idosos, extensionistas e profissionais de saúde.

O envelhecimento tem ganhado destaque nas discussões globais. Diversos estudos apontam que, no Brasil, essa questão já é amplamente abordada. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), espera-se que, em 2050, a população mundial de idosos alcance dois bilhões, e que, em 2025, o Brasil seja o sexto país com maior concentração de pessoas idosas [1].

Assim, tendo em vista todos os aspectos biopsicossociais que envolvem o processo de envelhecimento humano, o idoso requer atenção especial e estratégias inovadoras de cuidado. Neste aspecto, a educação em saúde permite que a ação não se limite somente à transmissão de informações, prevenção ou o tratamento da doença, mas que englobe também a capacitação dos indivíduos por meio do desenvolvimento de competências de ação [4].

A implementação da “Arteterapia” como instrumento terapêutico auxilia no processo expressivo do autoconhecimento e de conflitos e emoções internas da população, sobretudo dos idosos, uma vez que atuam como estratégia de promoção do envelhecimento saudável, ancorada na educação em saúde. Isso auxilia no processo de aprendizagem e reflexão dos idosos, estimula

o autoconhecimento, favorece o empoderamento para aplicar os conhecimentos e decisões sobre sua vida, gerando assim um melhor entendimento acerca das questões relacionadas às medidas de prevenção e promoção da saúde [2][5].

Diante disso, evidencia-se que as atividades voltadas a arteterapia, são importantes estratégias para melhoria das habilidades cognitivas e integração entre o grupo, favorecendo o bem-estar dos idosos contemplados pelo projeto. Como objetivo, buscou-se realizar atividades educativas visando uma melhor promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida dos idosos.

### 2. Metodologia

O presente estudo consiste em um relato de experiência de caráter descritivo e qualitativo acerca das vivências durante a vigência do projeto de extensão denominado “BEMVIVER: ações educativas voltadas à promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida de idosos”, no período de junho a dezembro de 2024.

Nesse período, as atividades do projeto foram realizadas nas seguintes instituições: Centro de Referência de Assistência Social (CRAS I) e Instituição de Longa Permanência para idosos (ILPI) Luca Zorn, Durante a vigência do projeto ocorreram reuniões entre a coordenadora e os extensionistas para planejar, avaliar e escolher as atividades mensais e montar o cronograma de ações para cada instituição. Ademais, foram realizadas ações presenciais nas duas instituições que incluíram: rodas de conversa, dinâmicas, orientações e atividades de educação em saúde sobre diversos temas como por exemplo, autocuidado, saúde mental, cultura nordestina, história da cidade de Cajazeiras, entre outros.

Destacam-se entre as ações realizadas as atividades de arteterapia, como desenhos, pinturas, colagens de tecidos, trabalhos manuais, produção de material educativo (jogos) e produção de lembrancinhas para presentear os idosos em datas comemorativas.

No que diz respeito à avaliação das ações do projeto, foram realizadas entrevistas por meio de roteiro semiestruturado, com os idosos, com os profissionais das instituições e com os extensionistas, com o intuito de obter a opinião destes acerca do desenvolvimento do projeto e quais as contribuições deste para a qualidade de vida dos idosos assistidos.

<sup>1,2,3,4</sup> Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Cajazeiras, PB. Brasil.

<sup>5,6</sup> Colaboradores, Docentes da Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras, CFP/UFCG, Campus Cajazeiras- PB. Brasil.

<sup>7</sup> Coordenadora, Docente da Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras, ETSC/CFP/UFCG, Campus Cajazeiras, PB. Brasil.

### 3. Ilustrações

Figura 1 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn, sobre “Memórias de Cajazeiras” com pinturas, ilustrações e quebra-cabeças sobre a cidade.



Figura 2- Atividade realizada na ILPI Luca Zorn, voltada para o autocuidado, com jogo das emoções, pinturas e orientações sobre como cuidar do emocional.



Figura 3 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn sobre a “Caixa mágica do autocuidado” com diversos objetos de limpeza pessoal e beleza. Após isso receberam uma massagem relaxante.



Figura 4 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn com a exibição do filme curta metragem “Aracati”, contando história de Tereza, residente da instituição, e de seu marido Josias.



Figura 5 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn, com o tema “Nordeste”, os idosos trabalharam com retalhos de tecidos para formar a palavra NORDESTE.



Figura 6 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn com alunos da Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras (ETSC) onde houve música e canto.





Figura 7 - Atividade realizada na ILPI Luca Zorn onde foi trabalhado recorte,colagem de papéis, pinturas e ao final, foram entregues chocolates para todos os presentes.



Figura 8 - Atividade realizada no CRAS I para marcar o reinício do projeto, aconteceu um momento de apresentação e de dinâmicas



Figura 9 - Atividade realizada no CRAS I, com o tema “Primeiros Socorros”, abordando engasgos, queimaduras e convulsões



Figura 10 - Atividade realizada no CRAS I, ação com tema “Autocuidado”, utilizando folhas ,seguida de uma dinâmica motora com TNT, e perguntas sobre o tema.



Figura 11- Última atividade realizada no CRAS I, com o professor de música e aluna da Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras (ETSC).



#### 4. Resultados e Discussões

A influência de fatores emocionais, cognitivos, motores e socioafetivos possibilitam um melhor envelhecimento. Sendo assim, atividades educativas que contemplam esses aspectos e oferecem momentos de interação e autonomia tornam-se importantes para o bem-estar do idoso.

O projeto buscou contemplar atividades educativas com temas direcionados à saúde e estímulo aos aspectos cognitivos. Desse modo, se destacam atividades com jogos educativos, dinâmicas, trabalhos manuais, que incluíram pinturas, recortes, colagens, entre outros.

Por meio das ações foi possível alcançar adequadamente a maioria dos objetivos propostos no projeto, pois abrangeu muitos idosos com as atividades educativas voltadas à saúde e bem-estar nas seguintes

instituições: Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e a Instituição de Longa Permanência para Idosos Luca Zorn.

A equipe foi formada por docentes (coordenadora, orientadora e colaboradores) da Escola Técnica de Saúde de Cajazeiras (ETSC/CFP/UFCG), colaboradores das instituições acompanhadas e estudantes da graduação.

As atividades ocorriam a partir da visita aos locais contemplados, com as atividades previamente estabelecidas e produzidas pensando nas singularidades dos idosos. Nas ações era escolhido um tema específico para desenvolvimento das atividades.

Sabendo da importância de cada atividade e na promoção de melhores condições de bem-estar para os idosos, vale ressaltar uma ação realizada na Instituição de Longa Permanência para Idosos Luca Zorn sobre autocuidado, com ênfase na saúde mental do idoso. Nesse momento foram realizadas atividades sobre as emoções e sentimentos, levando em consideração o momento atual que estavam através de termômetro das emoções, jogo dos sentimentos para dizer situações a partir do sentimento sorteado trazendo de volta suas memórias e um momento para pintura, ao final foi feita uma massagem relaxante.

Nessa perspectiva merece também destaque a atividade de arteterapia voltada para o tema “Nordeste”. Na qual foram levadas letras vazadas e que compõem a palavra nordeste para que os (as) idosos (as) pudessem recortar e colar retalhos de vários tipos de tecidos em cima das letras, utilizando de sua coordenação motora para recortar cada tecido em diferentes tamanhos de modo a preencher cada letra. Enquanto realizavam as atividades, as idosas faziam narrativas de suas histórias, muitas se identificavam com o trabalho de costura. Houve também uma dinâmica na qual era apresentadas imagens de aspectos predominantes da cultura nordestina como: cantores, comidas típicas, costumes e ritmos musicais.

Outro exemplo foi o reinício das ações no Centro de Referência de Assistência Social, tema para o dia foi ‘Memórias de Cajazeiras’. Na ocasião houve apresentação geral por meio de uma ‘teia’, usando uma lã, posteriormente tinham que desfazer a teia falando suas expectativas para o projeto, depois uma conversa sobre a cidade de Cajazeiras e por fim foi explicada a dinâmica motora envolvendo pegar balões em dupla com o auxílio de um saco plástico, a dupla responderia a uma pergunta sobre o tema apresentado no dia.

Nesse sentido, essas atividades recreativas possibilitam aos idosos recuperar memórias, exercer suas funções motoras, ter momentos de conversa em grupos ou individuais e atenção, sendo esses alguns pontos primordiais para o bem-estar deles.

Esses benefícios ajudam os idosos a preservar suas habilidades motoras e socioafetivas, pois criam um vínculo com a equipe recreativa e com seus grupos através de interações e dinâmicas possibilitando momentos de participação, escuta e cuidado.

A arteterapia esteve muito presente em todo o projeto, sendo possível durante as atividades fortalecer o vínculo com os idosos, pois muitos gostavam de se expressar através da arte. Portanto, a arteterapia proporcionou momentos de satisfação, alegria e bem-estar.

## 5. Conclusão

Em todo projeto são depositadas expectativas e, nesse, não foi diferente. As metas/objetivos/expectativas foram atingidas a cada ação aplicada. O projeto teve êxito levando em conta as considerações dos idosos após o fim deste e as observações dos organizadores. O trabalho a partir da arteterapia possibilitou um desenvolvimento impactante e positivo. Ficou clara a importância desse tipo de projeto e como deveriam ser ampliados, para a promoção da saúde biopsicossocial dos idosos. Vê-se a necessidade de dar continuidade a esse tipo de projeto, para que assim os idosos aprimorem os seus conhecimentos sobre saúde e bem-estar e vivenciem experiências diversificadas e diferenciadas do seu cotidiano.

## 6. Referências

- [1] COIMBRA, V. DA S. A. et al.. Gerontological contributions to the care of elderly people in long-term care facilities. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, p. 912–919, 2018. Disponível em: <https://Gerontologicalcontributions.to.the.care.of.elderly.people.in.long.term.care.facilities-PubMed>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- [2] JARDIM, V. C. F. DA S. et al.. Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 23, n. 4, p. e200173, 2020. Disponível em: <https://SciELOBrasil-Contribuições.da.arteterapia.para.promoção.da.saúde.e.qualidade.de.vida.da.pessoa.idosa>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- [3] MALLMANN, DANIELLI GAVIÃO et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 1763 - 1772, em 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015206.02382014>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- [4] PIMENTEL, V. M. S. et al. Educação em saúde: capacitação profissional de cuidadores de idosos com ações educativas em prevenção de quedas. *BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia*, v. 26, n. 20, p. 1-2, 2021. Disponível em: <https://A.importância.da.capacitação.dos.cuidadores.de.idosos>. Acesso em: 26 fev. 2025.
- [5] SAVI, A. E. et al. ATIVIDADES DE PROMOÇÃO À SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE IDOSOS: um relato de experiência na extensão universitária. *Revista de Extensão*, v. 5, n. 1, p. 103-113, 2020. Disponível em:

<https://ATIVIDADES DE PROMOÇÃO À SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE IDOSOS: um relato de experiência na extensão universitária | Semantic Scholar>  
Acesso em: 26 fev. 2025.

### ***Agradecimentos***

Às instituições contempladas pelo apoio e colaboração no desenvolvimento das atividades. Aos profissionais do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS I) e da ILPI Luca Zorn, pela assistência e colaboração no desenvolvimento das atividades.

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.