

PROJETO DE EXTENSÃO UNIALEGRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Caroline Gallas¹, Nathalie Vicente Carvalho¹,
Edoarda Depine¹, Amanda Steffen Roncada¹, Roberta Tavares Thomé¹

¹Centro Universitário Avantis - Uniavan
e-mail: caroline-gallas@outlook.com

1. INTRODUÇÃO

A gelotologia é a ciência que estuda o riso, humor e a felicidade, assim como, seus benefícios físicos, psicológicos e sociais. A terapia do riso transmite uma interação maior entre equipe e o paciente, provenientes dos benefícios fisiológicos. Quando emitimos boas risadas beneficiamos o sistema imunológico, a função cardíaca e respiratória que influenciam em todo o corpo (Lemos; Soares; Figueiredo, 2022).

A exposição a estímulos humorísticos traz aos pacientes desfechos positivos, pois essa prática pode aprimorar a formação do vínculo e um desenvolvimento pessoal e profissional mais alinhado às necessidades do indivíduo a ser cuidado (Spina, De Freitas, Ávila et al, 2023).

Desde 2006, o Brasil possui uma política específica sobre Promoção à Saúde, onde descreve a relevância de fatores como a solidariedade, felicidade e a humanização em saúde, sendo estas consideradas expressões fundamentais de todas as práticas e ações do campo de promoção (Brasil, 2015).

Visto isso, a organização dos “Doutores da Alegria”, foi fundada em 1991, com 32 anos de existência no Brasil. Sua ferramenta de trabalho é baseada na gelotologia, o estudo do riso. O grupo atua em hospitais públicos e suas intervenções são realizadas com todas as faixas etárias como crianças, adolescentes, jovens, adultos e pessoas idosas (Doutores da Alegria, 2023).

No estatuto de consolidação dos Doutores da Alegria, é descrito sobre promoção da saúde, na formação e no desenvolvimento, tendo como propósito a intervenção na sociedade com todos os públicos e todas as faixas etárias, realizado em ambiente hospitalar público, através do clown como forma de socialização (Doutores da Alegria, 2023).

Diante do exposto, com inspiração no trabalho desenvolvido pelos “Doutores da Alegria”, foi criado o projeto de extensão universitária “UniAlegria” que tem como objetivo principal a humanização em saúde, de forma multidisciplinar, que utiliza como ferramentas a gelotologia, a interação, o acolhimento, a música como forma terapêutica e as molduras de balões em instituições de longa permanência de idosos da microrregião do vale do Itajaí.

Além disso, o projeto tem como propósito a integração dos acadêmicos dos diversos cursos de um Centro Universitário, bem como, fisioterapia, nutrição, enfermagem, psicologia, biomedicina, educação física com intuito de levar alegria às pessoas idosas institucionalizadas, como também, ampliar o olhar sobre saúde da população idosa, romper os muros da instituição de ensino aproximando os acadêmicos da comunidade e estimulando o trabalho interdisciplinar (Roncada, 2023).

Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo relatar sobre o projeto de extensão UniAlegria realizado em duas instituições de longa permanência no setor público na região litoral de Santa Catarina.

2. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência no projeto de extensão de um Centro Universitário, denominado UniAlegria, que ocorreu no primeiro semestre de 2024, sendo uma parceria entre uma instituição de ensino superior com duas Instituições de Longa Permanência para Idosos do setor público. As intervenções do projeto foram realizadas uma vez na semana no período vespertino.

No início do semestre foi aberto um edital que contemplou duas etapas, a inscrição via formulário (online) e a entrevista (presencial). Após a conclusão das etapas iniciais foi realizada a seleção dos acadêmicos, que passam por encontros de formação antes de irem a campo. As formações são contempladas por rodas de conversa incluindo o tema de gelotologia, doutores da alegria, regras e normas das instituições de longa permanência, além da parte prática sobre a construção do clown, mini formação de música e molduras de balões.

O cronograma foi realizado no início semestre, sendo compactuado com os coordenadores das ILPI da região. Os dois primeiros encontros ocorreram na instituição de ensino. As intervenções tiveram caráter de promoção de saúde e foram compostas por acolhimento, interação com balões, clownterapia, música como forma terapêutica.

Participaram do projeto no período de março a julho de 2024, 13 acadêmicos que passaram no edital 2024.1, sendo dos seguintes cursos: medicina veterinária (2), odontologia (1), enfermagem (2), fisioterapia (3), farmácia (1), psicologia (2), arquitetura e urbanismo (1), biomedicina (1). Além dos 5 acadêmicos que já faziam parte do projeto, dos editais anteriores sendo dos seguintes cursos: educação física (1), fisioterapia (4).

Foram realizadas 20 intervenções em duas ILPIs públicas, com aproximadamente 50 idosos em cada local.

3. RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

Com o aumento expressivo da população idosa institucionalizada nas ILPIs e a alta incidência de depressão nessa faixa etária, as iniciativas do projeto de extensão universitária UniAlegria, desempenham um papel crucial na busca pela melhoria do bem-estar da pessoa idosa institucionalizada.

As ações com objetivo de promoção do bem-estar e qualidade de vida são acolhidas pelos idosos, pois o sentimento de felicidade, alegria e de valorização se sobrepõem. O riso pode gerar um maior engajamento nas inter-relações humanas, pois ao utilizar o bom-humor ocorre uma maior interação do paciente com a equipe de cuidados, estabelecendo melhores vínculos afetivos que favorecem o compartilhamento de sonhos, medos e angústias (Massi et al., 2020).

No estudo de Martins et al. (2022) observa-se que as atividades lúdicas, nem sempre são de cunho de participação física do idoso, muitas vezes são centradas para a interação verbal, onde o idoso permanece sentado, porém está de forma ativa assistindo as interações musicais, teatrais e verbais. Em muitos casos, idosos mais introspectivos que não se sentem confortáveis em realizar atividades sistematizadas ou que possuam alguma comorbidade específica, se beneficiam da escuta e do acolhimento, além da interação musical e visual.

Podemos pontuar a relevância das atividades coletivas, através do estudo de Güths et al. (2017) onde cita as atividades lúdicas e de maneira coletiva como forma de aproximação e socialização com os idosos institucionalizados, integrando socialmente a pessoa idosa através de atividades intergeracionais, elevando a autoestima e reconhecendo sua importância, enfatizando princípios como, autonomia, participação e a autorrealização do idoso.

De acordo com Pchencenzi et al (2022) a escuta e o acolhimento, desperta nos idosos institucionalizados, o maior interesse na interação social e comunicação, destaca-se também,

a afetividade demonstrada, principalmente em atividades coletivas, mesmo que de forma gradativa, os indivíduos mais introspectivos, acabam participando dos momentos lúdicos.

A música é terapêutica, sendo uma ótima ferramenta. De acordo com Vieira et al. (2022) pode gerar um estímulo através do ouvir, tocar ou até mesmo cantar, alterando seu comportamento fisiológico e emocional, pois favorece a expressão emocional, elevando as habilidades motoras, uma vez que, os músculos se movem de maneira mais rápida, de acordo com o ritmo da música.

De acordo com Barbosa et al. (2020) projetos com interesse em trazer o idoso para o meio ativo, desmistifica a ideia de o envelhecimento ser sinônimo de incapacidade. Intervenções cujo propósito seja elevar o bem-estar da pessoa idosa residente em uma ILPI, proporciona a participação, mesmo que de forma progressiva, enfatizando a ideia de capacidade de realizar as atividades propostas e de maneira coletiva. A importância da promoção do bem-estar, é observado em, Marques et al. (2018) que destacam o significado positivo da implementação de ideias que promovam o bem-estar, uma vez que, o mesmo tem extrema relevância para o envelhecimento saudável.

4. CONCLUSÕES

Pode-se ressaltar que o projeto de extensão UniAlegria possui relevância, pois realiza a integração dos diferentes cursos e períodos do centro universitário, estimula os acadêmicos de diferentes áreas de formação a realização de ações solidárias e extensionistas, proporciona uma tarde de alegria aos residentes e profissionais de saúde das ILPIs, amplia o olhar dos acadêmicos sobre saúde da população idosa, promove um estreitamento de laços entre a instituição de ensino com as instituições de longa permanência públicas, aproxima os acadêmicos da comunidade, estimula o trabalho interdisciplinar e a troca de saberes entre acadêmicos e as pessoas idosas institucionalizadas, acrescentando no pessoal e profissional de cada acadêmico, mais humano e acolhedor.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, D. V. et al. Adote um sorriso: o resgate da autoestima de idosos institucionalizados. **Revista Conexão UEPG**, v. 16, p. 1–7, 2020.

BRASIL MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: revisão da Portaria**

MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006/ Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 36 p.: il.

DOUTORES DA ALEGRIA. **Sobre a associação dos doutores da alegria.** Disponível em: <<https://doutoresdaalegria.org.br/conheca/sobre-doutores/>>. Acesso em: 11 de novembro de 2023.

GÜTHS, J. F. DA S. et al. Sociodemographic profile, family aspects, perception of health, functional capacity and depression in institutionalized elderly persons from the north coastal region of Rio Grande do Sul, Brazil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, p. 175–185, 2017.

LEMOS, A. C. M.; SOARES, E.; FIGUEIREDO, N. M. A. DE. **Aplicação da Gelotologia em idosos: o riso como estratégias do cuidar.** Arte, humor e amor. [s.l.] Editora Dialética, 2022.

MACEDO, M. A.; SIRGHI, V. **Benefícios das intervenções de Enfermagem indutoras do riso e do humor em pessoas submetidas a hemodiálise.** Disponível em: <<https://repositorio-cientifico.essatla.pt/handle/20.500.12253/1422>>. Acesso em: 7 out. 2023.

MARQUES, A. F. R. A. **Bem-estar subjetivo e qualidade de vida dos idosos institucionalizados.** Disponível em: <<https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/24101>>. Acesso em: 11 jun. 2024.

MARTINS, J. C. DE C. et al. Atividades recreativas e suas contribuições para a promoção da saúde de idosos institucionalizados. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 1, 2022.

MASSI, G. et al. **Promoção de saúde de idosos residentes em instituições de longa permanência: uma pesquisa dialógica.** Saúde e Pesquisa, v. 13, n. 1, p. 7–17, 2 mar. 2020.

RONCADA, Amanda Steffen. **Projeto de extensão universitária UniAlegria. Formulário de solicitação de projeto de curricularização da extensão.** Gerência de extensão e responsabilidade social. Versão física. Avantis, 2023.

SPINA, Beatriz Oliveira; DE FREITAS, Maria Bárbara Todisco; DE ÁVILA, Julia Massuchetti Braga et al. Palhaçoterapia como prática do cuidado aplicada em uma instituição de longa permanência para idosos: relato de experiência. **Rev. Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23 n 3. 2023.

VIEIRA, A. et al. **Fisioterapia e terapias complementares em pacientes pediátricos com Transtorno do Espectro Autista: uma revisão de literatura.** Brazilian Journal of Health Review, v. 5, n. 4, p. 17113–17122, 31 ago. 2022.

SOBIS, J.SCHMIDT, C. L.; PCHENCENZNI, A. **Contribuições de um projeto de extensão voltado a idosos institucionalizados.** Conjecturas, v. 22, n. 6, p. 45–58, 20 maio de 2022.

