

# OFICINAS COMO ESPAÇO DE TERAPIA OCUPACIONAL PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Beatriz Alves Sousa  
Deodora Alves de Sousa Arruda  
Polyana Brito Januário

## RESUMO

Relata experiência vivenciada em uma ação extensionista no contexto do programa “Cidadania e identidade social das pessoas idosas da Comunidade Sagrada Família em Mangabeira IV, João Pessoa, PB”, que teve como objetivo contribuir para melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas da referida comunidade, aumentando a autoestima através da valorização de saberes e fazeres dessas pessoas. As atividades em formato de oficinas foram planejadas de forma social e participativa, levando em consideração os seguintes aspectos: as experiências acumuladas das/os idosas/os e a sua capacidade física, motora e cognitiva de desenvolver a atividade proposta, a estrutura física do ambiente, equipamentos e materiais disponíveis. Como resultados, foi possível observar um aumento da participação das/os idosas/os nas atividades; um maior interesse pelos trabalhos dos colegas; uma maior interação entre eles, com o estabelecimento de novas amizades e inter-relações pessoais. Por fim, observamos que as oficinas têm proporcionado uma troca de experiências e saberes e tem funcionado como forma de terapia para os participantes.

**Palavras-chave:** Idoso. Terceira idade. Velhice. Núcleo de extensão Ainda é tempo de viver. Oficina.

## 1 INTRODUÇÃO

“Quem sabe ensina, quem ensina aprende mais” é uma das ações extensionistas desenvolvidas pelo Núcleo “Ainda é tempo de viver”, em formato de oficinas. Essa ação apresenta uma interface voltada para a produção e disseminação do conhecimento, à medida que procura resgatar os valores presentes nas experiências das pessoas idosas através da produção de trabalhos manuais. Tenciona também difundir esses saberes para o público em geral através de exposições em feiras, mostras e venda dos produtos.

Segundo o ponto de vista de Santos (2010, p. 57), o conhecimento científico constitui-se do senso comum e vice versa, de modo que “as diversas formas de conhecimento (das ciências e do próprio cotidiano) interajam entre si, orientando as ações do ser humano e dando sentido à vida (saber viver) ao tempo em que coincidem causa e intenção (ciência + senso comum)”. Neste sentido, entendemos as oficinas como um mecanismo capaz de traduzir conhecimento do senso comum em autoconhecimento, como prevê o autor.

As oficinas foram pensadas como meio de estimular o potencial criativo, individual e coletivo, das pessoas idosas. Por essa razão, não foi determinado um produto ou material específico para se trabalhar, apenas, criou-se um conceito de usar como base de produção, materiais reciclados, como forma de contribuir para sustentabilidade do planeta. Já os objetos confeccionados foram fruto das ideias surgidas no grupo, a exemplo de: jarros, porta-retratos, oratórios, anjos, guirlandas, entre outros. Isso mostra que a participação nesses encontros possibilitou a apreensão de conteúdos, a troca de experiências, reativando o processo criativo, além de estabelecer uma interação social do grupo.

Segundo Vahl e Zappelini (2013, p. 87),

O processo de criação é inerente à natureza humana, está presente em todas as etapas da vida, independente da idade ou da educação formal; porém, algumas vezes o criar pode ser neutralizado ou adormecido por diferentes circunstâncias do viver. Assim, faz-se necessário o estímulo constante para o desenvolvimento criativo.

Nesse sentido compreendemos que as oficinas presta um grande papel neste campo, pois, além de estimular a criatividade proporcionando resultados benéficos para as/os participantes do grupo busca reconhecer esse potencial, revelando até mesmo para as próprias pessoas idosas que elas têm muito a oferecer à sociedade com a sua experiência de vida.

Siqueira (2008) em seu texto “Criatividade na terceira idade” concordar com a dinâmica do processo criativo do indivíduo, mas faz uma ressalva com relação às pessoas idosas. Para o autor na velhice há um natural declínio da capacidade criativa, atribuídos a diversos fatores: “saúde, cognitivos, comportamentais, ambientais, etc.”, mas que podem ser administrados e até neutralizados. Sugere o autor:

O primeiro passo é o autoconhecimento e uma ação firme e disciplinada para combater as tendências à rigidez mental. O segundo é o reconhecimento de que na idade madura a criatividade toma contornos e formas diferentes da criatividade na juventude. Finalmente, não esquecer que, como qualquer outra parte de nosso corpo, se não for usado, o cérebro perde seu vigor e enrijece. A criatividade declina quando deixa de ser cultivada.

As oficinas no formato que se propõem contribuem para exercitar o cérebro, estimular a coordenação motora e sociabilizar saberes, partindo do princípio que as pessoas mais velhas têm um enorme acúmulo de conhecimento que deve ser repassado para os demais indivíduos, principalmente para os mais jovens.

## **2 OBJETIVO**

### **2.1 Geral**

Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas da comunidade Sagrada Família Mangabeira IV, João Pessoa, PB, através da valorização de saberes e fazeres dessas pessoas.

### **2.2 Específicos**

- Conhecer as habilidades existentes no grupo, registrar esses conhecimentos e promover a socialização dos mesmos;
- Desenvolver atividades que contribuam para o aprimoramento da coordenação motora, melhorar aspectos cognitivos, da memória e da ansiedade, aumentando a autoestima dessas pessoas idosas;
- Refletir sobre questões ambientais e o reaproveitamento de materiais;
- Produzir conhecimentos a partir da troca de saberes científicos, tecnológicos e populares;
- Compartilhar os diferentes saberes originários ora dos membros do Núcleo, ora originários das práticas reveladas pela comunidade participante.

## **3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

De acordo com dados estatísticos oficiais, verificamos que a partir da década de 1960 o envelhecimento da população brasileira vem aumentando de forma acelerada. Estima-se que o número de idosos no país tenha ultrapassado os 20 milhões em 2010, e que vai mais do que triplicar até 2050 (IBGE, 2010). Essa tendência tem provocado grandes impactos para a sociedade, em particular na área de saúde que não se encontra preparada para atender a essa população, pois, além do aumento no número de idosos, a expectativa de vida tem aumentado consideravelmente a cada ano.

Entendemos que viver mais é um desejo natural de toda humanidade. No entanto, sabemos que com raríssimas exceções o envelhecimento desencadeia o aumento de incidência de doenças como hipertensão, doenças coronarianas, demências, entre outras que refletem principalmente o psicológico dessas pessoas. A relação social fica comprometida, pois, além das dificuldades físicas, mentais que vão acontecendo gradativamente com o passar dos anos existem problemas decorrentes do meio, como por exemplo, o descaso da saúde pública, a falta de apoio social e até mesmo da família que acarreta enormes prejuízos à dignidade e à qualidade de vida das pessoas idosas.

O envelhecimento e a manutenção da qualidade de vida na velhice envolvem conceitos extremamente complexos. De acordo com Fraiman (1995, p. 23),

As profundas modificações familiares [...]. Surgimento de novas famílias constituídas pelos filhos; dificuldades quanto ao mercado de trabalho [...], especialmente sob um sistema coercitivo de aposentadoria e subempregos; batalha contínua contra doenças crônicas e debilidades orgânicas; proximidade da morte, ameaça à sexualidade, à inteligência e à integridade.

Todos esses fatores trazem perdas irreparáveis, sem contar com a dissolução da rede de relacionamentos afetivos por afastamento ou por morte. Isso se comprova através de fatos reais como morte de cônjuges, afastamento de amigos, separação dos filhos, doenças que se tornam impeditivas de se locomover e limitam a livre convivência social (BEE, 1997).

Assim sendo, entendemos que atividades que otimizem, promovam oportunidades, sedimentem uma cultura positiva de valorização da vida, de manter o interesse pelo lazer, pelo trabalho, pela convivência em sociedade são alternativas viáveis e de fundamental importância para o processo de envelhecimento saudável. Não é por acaso que o estatuto do idoso preconiza em seu art.2º que é assegurado ao idoso, por lei ou por outros meios, “todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade” (BRASIL, 2003).

Ainda, o art.3º explana que:

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária (BRASIL, 2003).

Diante do exposto, a execução das oficinas construídas em conjunto com os idosos da comunidade Sagrada Família Mangabeira IV, que procura agregar as potencialidades e experiências dessas pessoas em benefício das mesmas, trata-se de uma ação planejada que visa à melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas dessa comunidade. Ao tempo que é considerada uma ação pertinente do ponto de vista social por estar direcionada à resolução de um problema, pouco visível, mas que abrange uma grande parcela da sociedade.

#### **4 NÚCLEO DE EXTENSÃO “AINDA É TEMPO DE VIVER”**

O Núcleo de Extensão “Ainda é tempo de viver” foi criado em outubro de 2014, através do edital de extensão 058/2014, de 13 de outubro de 2014, retificado pelo edital de extensão n.º 059, de 24 de outubro de 2014: da Pró-Reitoria de Extensão (PROEXT) do Instituto Federal de Educação, Ciência e tecnologia da Paraíba (IFPB), com o objetivo de desenvolver e apoiar ações que visem melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas da comunidade Igreja Sagrada Família no bairro Mangabeira IV, João Pessoa, PB. Faz parte da “Rede Rizoma IFPB: tecnologia em extensão” órgão criado pela PROEXT/IFPB em outubro desse mesmo ano, que tem com objetivo “contribuir para a consolidação das atividades sistemáticas e pluricurriculares de Extensão no IFPB”. Visando ainda:

O aprimoramento do exercício da educação profissional, tecnológica e popular, em articulação com o mundo do trabalho e com a sociedade, no que tange à produção e apropriação na troca de conhecimentos, tecnologias e saberes variados (INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA, 2014, p. 1).

O Núcleo em questão é constituído por técnico-administrativos, professores e estudantes do IFPB e por um membro da comunidade. Seu projeto de criação foi idealizado a partir de um estudo realizado na comunidade de Mangabeira IV, na qual está inserido. Foi constatado nesse estudo que havia um grande número de pessoas idosas residente nessa localidade; observou-se também, uma carência de apoio para essas pessoas, ou seja, não havia nenhum trabalho de ação social que atendessem a essa comunidade.

Ratificando seus objetivos, o Núcleo se propõe a contribuir, de maneira efetiva e prática, para a melhoria na qualidade de vida das pessoas idosas da comunidade acima citada, por meio da valorização de saberes, da educação para a saúde e bem-estar e da conscientização para o exercício da cidadania visando, sobretudo, ajudar a vencer as barreiras do preconceito que sociedade ainda tem em relação às pessoas com mais idade, muitas vezes considerando-os como indivíduos inábeis. Assim sendo, as ações desenvolvidas nesse Núcleo

procura conscientizar as/os idosas/os do grande papel que eles podem desempenhar na sociedade, ao mesmo tempo despertar o potencial de cada um oferecendo possibilidades de atividades educativas, culturais e sociais.

Nas ações desenvolvidas pelo Núcleo são utilizadas metodologias de intervenção coletiva e processos de educação através de práticas socioculturais a fim de estimular a imaginação das pessoas idosas, propiciando a percepção de mundo de forma diferente, bem como fazendo emergir novas representações da vida, afastando tristezas e solidão: males que geralmente acometem as pessoas dessa faixa etária.

Em consonância com os objetivos da Rede Rizoma IFPB: tecnologia em extensão, o Núcleo permanecerá aberto para agregar outras pessoas que queiram trabalhar em prol desse público que se apresenta bastante vulnerável por falta de políticas públicas e de programas governamentais que atendam às suas demandas. No momento, o referido Núcleo conta com a parceria da Igreja Sagrada Família, que cedeu o espaço físico para a realização dos encontros e desenvolvimento das oficinas. E da Fundação Centro Integrado de Apoio ao Portador de Deficiência (FUNAD) que vem prestando assistência à saúde com consultas e exames específicos do aparelho auditivo das/os beneficiárias/os do Núcleo.

## **5 METODOLOGIA**

As oficinas “Quem sabe ensina, quem ensina aprende mais” foram pensadas como uma terapia ocupacional de troca de saberes, proporcionando às pessoas desenvolverem novos interesses e perspectivas de vida, bem como fazer com que a comunidade em geral respeitem as formas de conhecimento manifestadas por essas pessoas. As ações foram planejadas de forma social e participativa, levando em consideração os seguintes aspectos:

- As experiências acumuladas das/os idosas/os e suas capacidades física, motora e cognitiva para desenvolver a atividade proposta;
- A estrutura física do espaço que temos à disposição para realizar as oficinas;
- Os equipamentos e materiais disponíveis.

Essa metodologia é uma forma de descobrir as competências do grupo, desenvolver o espírito de socialização e integração de conhecimentos e, ainda, suscitar o desejo permanente dessas pessoas em aprender e ensinar. As referidas oficinas ocorreram durante todo o ano de 2015, geralmente às quartas-feiras das 14h às 17h, sendo que das 16h às 17h foi reservado para reflexão, avaliação das atividades desenvolvidas e para um lanche coletivo.

Levando em conta questões de sustentabilidade ambiental e também de recursos financeiros do grupo, tendo em vista que o mesmo não tem uma fonte de recurso próprio que proporcione a sua sustentação, foram utilizados materiais reciclados como base de trabalho (Papelão, Garrafa pet e Retalhos...).

As oficinas começaram com sete participantes beneficiárias/os da comunidade e no final do ano de 2015 contava com a participação de 14 idosos, de ambos os sexos, porém com predominância de mulheres.

## **6 RESULTADOS**

Foram realizadas 36 oficinas durante o ano de 2015. Apesar de objetivamente não ser possível quantificar os benefícios causados aos participantes, consideramos a realização das oficinas uma ação positiva, que atendeu aos objetivos propostos, tendo em vista o aumento da participação das/os idosas/os nas atividades, o interesse demonstrado pelos trabalhos dos colegas, a motivação observada a cada encontro e também pelos depoimentos colhidos durante a realização das mesmas.

Eis, alguns dos depoimentos<sup>1</sup>

- “É sempre um prazer participar e conviver com as pessoas do grupo”;
- “O otimismo do grupo e as experiências vivenciadas aqui me emocionam sempre”;
- “A vivência nesse grupo só me faz bem”;
- “Aprendi muito com o grupo. Eu estava com problema. A médica disse que eu estava com ansiedade, mas depois que comecei a participar desse grupo estou muito bem”;
- “Foi o maior presente que Jesus me deu nesse ano de 2015, realmente participar do Núcleo ainda é tempo de viver foi uma terapia pra mim”;
- “A convivência no grupo e a troca de experiência melhoraram meus conhecimentos e minha qualidade de vida”;
- “Conheci pessoas interessantes e estou amando as novas amizades”.

Mediante essas intervenções e outras observações presenciais que registramos podemos considerar que as oficinas funcionam, não somente, como uma troca de

---

<sup>1</sup> Não foi mencionado o nome das/dos depoentes para evitar exposições. Porém, temos os depoimentos arquivados na documentação do Núcleo. Para diferenciar, tanto das citações formais, quanto do texto normal as falas foram transcritas entre aspas e separadas do texto.

experiências, mas, como terapia para os participantes. O Núcleo adquiriu credibilidade e gerou notoriedade junto à comunidade, visto que muitas/os idosas/os têm procurado as coordenadoras do Núcleo para participar dos encontros neste ano de 2016.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Mediante os resultados expostos neste estudo e observando-se a recepção e a aceitação positiva das oficinas pela comunidade atendida, consideramos que o “Núcleo Ainda é tempo de viver” tem um grande desafio de continuar desenvolvendo as oficinas, consolidando-se, assim, como projeto permanente e contínuo. Para tanto, precisa ampliar o movimento da extensão, buscar parceiros internos e externos e, principalmente, integrar estudantes do Instituto às propostas desenvolvidas, articulando ensino, pesquisa e extensão, conforme a ideia original do Núcleo.

Na perspectiva deste núcleo, o trabalho na comunidade é um processo em construção, motivo que há uma frequência aberta para as/os idosas/os que são as/os beneficiárias/os deste trabalho, bem como para a inclusão de outras pessoas, pesquisadores (docente e/ou técnico-administrativo), estudantes do IFPB, membros da comunidade e outros parceiros que estejam interessados em se envolver e colaborar com esse projeto.

## **WORKSHOPS AS OCCUPATIONAL THERAPY ENVIRONMENT FOR THE ELDERLY: EXPERIENCE REPORT**

### **ABSTRACT**

It presents an experience report of an extension action in the context of the program “Citizenship and social identity of the elderly in the Comunidade Sagrada Família in Mangabeira IV, Joao Pessoa, PB,” which aimed to improve the quality of life of the elderly people of the mentioned community, by increasing their self-esteem through the enhancement of knowledge and actions of these people. The activities, carried out as workshops, were planned in a social and participatory manner, taking into consideration the following aspects: the accumulated experience of the elderly and their physical, cognitive and motor ability to develop the proposed activity, the environmental physical structure, available materials and



pieces of equipment. As a result, it was possible to observe an increase in the elderly's participation in those activities; a greater interest in the colleague's work; a major interaction among them with the establishment of new personal relationships. Finally, we noted that the workshops work very well as an exchange of experiences as well as therapy for the participants.

**Keywords:** Elderly. third Age. Old age. There is still time to live Center. Workshops.

## REFERÊNCIAS

BEE, Helen. **O ciclo vital**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1997.

BRASIL lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 2003. Disponível em: < [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm)>. Acesso em: 21 out. 2014.

FRAIMAN, Ana Perwin. **Coisas da idade**. 4. ed. São Paulo: Gente, 1995.

IBGE. **Censo 2010**. Disponível em: < <http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopseporsetores/?nivel=st>>. Acesso em: 17 nov. 2015.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA. Pró-Reitoria de Extensão. **Edital 058/2014**. Apresenta normas para a concessão de apoio financeiro (bolsas) destinado aos membros dos Núcleos de Extensão da “Rede Rizoma IFPB: tecnologia em extensão”. João Pessoa, PB: IFPB, 2014.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **Um discurso sobre as ciências**. 16. ed. Porto, Portugal: Afrontamento, 2010.

SIQUEIRA, Jairo. **Criatividade na terceira idade**. [2008] Disponível em: < <http://criatividadeaplicada.com/category/criatividade/>>. Acesso em: 09 fev. 2016.

VAHL, Eloá Aparecida Caliari; ZAPPELINI, Cynthia Colombi Ressignificando o protagonismo da pessoa idosa. **Extensio**: revista eletrônica de extensão, v.10, n.15, p. 85-90, 1º semestre, 2013.