



Credenciada através da Portaria nº 407, de 04 de Maio de 2018,  
Publicada no D.O.U no dia 07 de Maio de 2018.

**FACULDADE DE GOIANA - FAG**  
Núcleo de Pesquisa, Extensão e Monitoria – NUPEM

**RELATÓRIO FINAL DAS ATIVIDADES DE PROJETO DE EXTENSÃO REALIZADAS  
NO SEMESTRE 2024.1**

**RELATÓRIO FINAL – 2024.1**

Prof.(a) Orientador(a) Suelen Mazza Batista

2º Semestre/2024

---

## I-IDENTIFICAÇÃO

**Nome do projeto de Extensão:** EnvelheSER: Saúde Mental e Qualidade de Vida para Idosos

**Período de Realização:** 09 de setembro a 02 de dezembro

**Professor (a) Orientador (a):** Suelen Mazza Batista

**Projeto de Extensão da Faculdade de Goiana - FAG**

## II – INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional apresenta diversos desafios para as sociedades contemporâneas. Um dos principais desafios está relacionado à necessidade de mudar a percepção de incapacidade, passividade, vulnerabilidade, dependência e isolamento social que tanto a sociedade quanto os próprios idosos costumam associar à velhice. É essencial, portanto, criar condições para que o processo de envelhecimento seja vivido da maneira mais satisfatória possível, promovendo maior bem-estar e qualidade de vida para os idosos. Baseando-se nesses princípios, o projeto visou apresentar um projeto de educação social, concebido e implementado em uma Instituição de Apoio aos Idosos (Abrigo São José). A partir de uma análise crítica da realidade, realizada em colaboração com os atores sociais, conforme propõe a metodologia de investigação-ação-participativa, serão identificados um conjunto de problemas e necessidades, assim como recursos e potencialidades. Nesse sentido, **a finalidade do projeto é promover a saúde mental, o empoderamento e a consequente melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas.**

## III – APRESENTAÇÃO DOS DADOS

**1. Objetivo Geral do Projeto:** Promover a saúde mental, o empoderamento e a consequente melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas.

### **Objetivos Específicos:**

- Discutir e refletir sobre temas relacionados ao processo do envelhecer;
- Desenvolver oficina para um grupo de idosos, com temas que o próprio grupo solicitar, sendo seguidos de uma trilha metodológica dialógica e flexível.
- Contribuir para o desenvolvimento do sentimento de valorização dos idosos atendidos.
- Capacitar o alunado sobre práticas de apoio psicológico e estratégias de intervenções, para que possam contribuir de forma mais eficaz para o bem-estar dos idosos.

### **3. Conteúdos abordados no projeto:**

O cuidado com os Idosos

Mudanças físicas e cognitivas no envelhecimento

O bem-estar na vida adulta

Relacionamentos Pessoais na Terceira idade

Questões práticas e sociais relacionadas ao envelhecimento

Estilos de vida

Institucionalização de idosos

Intervenções psicossociais com grupos de idosos institucionalizados

Sentimentos e Emoções

### **5. Atividades realizadas pelo(a) extensionistas:**

Atividade 01: divulgação da inscrição do projeto nas duas turmas, explicando o conceito, a importância e os benefícios da extensão.

Atividade 02: seleção entre os candidatos escritos, ao total foram 45 inscritos, no entanto devido a natureza das atividades foi necessário reduzir o número de participantes para 10. Ao longo do projeto, 2 alunas precisaram sair do projeto por questões pessoais.

Atividade 03: reunião online com as estudantes para apresentação das estrutura, cronograma, objetivo e desafios do projeto.

Atividade 04: estudo sobre intervenção psicossocial.

Atividade 05: reunião e fechamento de parceria com a gestora do Abrigo São José, para explicar o escopo do projeto.

Atividade 06: reunião online com as estudantes para preparação da visita do abrigo São José. A orientação foi relacionado ao objetivo da primeira visita e às questões práticas de ética nas intervenções psicossociais.

Atividade 07: Visita presencial ao Abrigo São José, com o objetivo de conhecer o espaço físico do abrigo, conhecer os idosos e equipe do local. Houve uma apresentação dos idosos, com uma primeira escuta empática das histórias e dificuldades dos idosos.

Atividade 08: reunião presencial com as estudantes no intuito de compartilhar os sentimentos, ideias, incômodos e primeiras impressões vivenciadas na visita presencial ao abrigo.

Atividade 09: estudo sobre os aspectos físicos, cognitivos e psicossociais sobre o envelhecimento.

Atividade 10: reunião de escolha do tema a ser abordado na intervenção psicossocial.

Atividade 11: reunião de alinhamento das oficinas a serem realizadas, divisão de atividades, descrição dos materiais necessários para realização das oficinas.

#### **Atividade 12: Realização da intervenção psicossocial**

Horário de chegada: 15 horas (todos se programaram para chegar com antecedência para organizar o espaço e convidar os idosos a participarem das oficinas)

Organização do Espaço

Organizar os materiais

Reunir os idosos na mesa

Início: Explicar o Objetivo da Oficina

## Apresentações e Repport

Palhaçoterapia: presença de um palhaço terapêutico, que utilizou o humor como ferramenta para estabelecer conexões afetivas e promover a leveza.

Dinâmica do Espelho: os idosos se olhavam no espelho e verbalizavam frases positivas sobre si mesmos.

Oficina de Expressão dos sentimentos: as idosas foram incentivados a expressar, por meio de cores e formas, os sentimentos vivenciados no momento. Foi entregue um desenho para completar – cabeça e tronco humano, sem preenchimento. Inicialmente foi pedido às idosas para pensarem como se estão a sentir naquele momento. Após serem realizados os desenhos, foi incentivado que os idosas compartilhassem suas produções com as colegas e que expressassem como estão se sentindo, questões, como: “Costumas sentir-te assim muitas vezes? O que te faz sentir assim? Como muda o teu estado de humor? O que te faz mais feliz? O que te faz sentir medo? O que te deixa triste? O que foi mais fácil/difícil de desenhar? Gostaste de fazer o desenho?” foram realizadas.

Baralho das emoções: Posteriormente, foi realizada a dinâmica do baralho das emoções, que envolveu a discussão de questões relacionadas à vida, como sonhos, decepções, conquistas e percepções sobre si mesmos. Cada carta do baralho trazia uma pergunta reflexiva, incentivando os idosos a compartilhar experiências pessoais e explorar suas emoções.

Dinâmica da Palavra – Fazer uma roda, dar as mãos e pedir para falar uma palavra que a está ecoando na mente e no coração.

Música e dança: foi pedido para que as idosas relembassem cantores e músicas preferidos, no intuito de promover integração, dança (movimentação corporal) e descontração.

Atividade 13: reunião de finalização do projeto para compartilhar a experiência, focando nos resultados bons e nos pontos de melhoria para os próximos projetos.

Atividade 14: produção de relatório final.

## IV – AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA

### 1. Avaliação qualitativa do desempenho dos alunos

As alunas extensionistas demonstraram excelente desempenho e comprometimento ao longo do projeto, evidenciado pela realização de diversas atividades de alta complexidade e relevância social. Desde o início, apresentaram um bom entendimento sobre o papel transformador da extensão universitária, engajando-se ativamente na divulgação do projeto e no processo seletivo, que exigiu sensibilidade e critério para selecionar os participantes mais alinhados com os objetivos propostos.

Durante as reuniões iniciais, as alunas se destacaram pela organização e clareza na assimilação do cronograma, objetivos e desafios do projeto, mostrando engajamento na preparação teórica, especialmente nos estudos sobre intervenções psicossociais e envelhecimento. Esse embasamento foi essencial para embasar as práticas desenvolvidas, demonstrando uma sólida articulação entre

teoria e prática.

Nas visitas presenciais ao Abrigo São José, as alunas se comportaram com empatia, ética e sensibilidade ao lidar com os idosos, construindo um espaço de escuta ativa e conexão afetiva. A dinâmica em grupo posterior à primeira visita evidenciou o compromisso em refletir sobre as experiências vivenciadas, abordando tanto os desafios quanto os aprendizados, o que contribuiu para o amadurecimento pessoal e profissional das participantes.

Durante a execução das oficinas de intervenção psicossocial, as alunas demonstraram criatividade e habilidade em promover um ambiente acolhedor e dinâmico. Atividades como a palhaçoterapia, a dinâmica do espelho, o baralho das emoções e a música e dança foram conduzidas com entusiasmo, resultando em interações significativas e na promoção do bem-estar dos idosos. A capacidade de adaptar estratégias e conduzir discussões sensíveis reforçou a competência das alunas em aplicar os conhecimentos adquiridos de forma prática e humanizada.

Por fim, a reunião de finalização do projeto e a produção do relatório final evidenciaram uma análise reflexiva e crítica das atividades desenvolvidas. As alunas identificaram os pontos fortes e aspectos a serem aprimorados, demonstrando maturidade e capacidade de aprendizagem contínua.

De forma geral, as alunas desempenharam suas funções com responsabilidade, empenho e excelência, contribuindo significativamente para o sucesso do projeto e para o impacto positivo junto aos idosos atendidos. A experiência reflete o potencial transformador da extensão universitária e o crescimento das participantes em termos técnicos e interpessoais.

#### **V – AUTO-AVALIAÇÃO (visão do (a) professor (a) com relação às ações dos extensionistas**

<b>Itens</b>	<b>Péssimo</b>	<b>Ruim</b>	<b>Regular</b>	<b>Bom</b>	<b>Ótimo</b>
Motivação					X
Disponibilidade				X	
Iniciativa				X	
Relacionamento entre eles					X
Resposta às orientações					X

#### **VI – CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Para os extensionistas, o projeto foi uma oportunidade única de integrar teoria e prática, permitindo que aplicassem seus conhecimentos acadêmicos em um contexto real. As atividades realizadas, como o estudo teórico sobre intervenções psicossociais e envelhecimento, aliadas às dinâmicas práticas no Abrigo São José, possibilitaram o desenvolvimento de competências técnicas, como a condução de oficinas e a elaboração de estratégias de intervenção, além de habilidades interpessoais, como a escuta empática, o trabalho em equipe e a resolução de problemas.

Além disso, o contato direto com os idosos e suas histórias proporcionou um aprendizado humanizado e profundo. A convivência com as vulnerabilidades, sonhos e conquistas dessa população ampliou a sensibilidade social das alunas, despertando nelas um senso de responsabilidade e comprometimento com o bem-estar coletivo. Essas experiências não só enriqueceram sua formação profissional, mas também contribuíram para o fortalecimento de valores éticos e empáticos, fundamentais para a prática em diversas áreas de atuação.

Para a comunidade atendida, especialmente os idosos do Abrigo São José, o projeto foi um espaço de acolhimento, expressão e valorização pessoal. As atividades, como a dinâmica do espelho, a oficina de expressão de sentimentos e a música e dança, ofereceram momentos de alegria, reflexão e fortalecimento de vínculos. Ao estimular a interação social, o reconhecimento das emoções e a redescoberta de memórias afetivas, as oficinas contribuíram para a melhoria da saúde emocional e da

qualidade de vida dos participantes.

Além disso, o projeto atuou como um catalisador para a construção de um ambiente mais inclusivo e humanizado, no qual os idosos puderam sentir-se ouvidos e valorizados. A intervenção também reforçou a conexão entre a comunidade acadêmica e a sociedade, evidenciando o papel transformador da universidade na promoção de justiça social e cuidado com populações vulneráveis.

Essa interação entre extensionistas e comunidade criou um ciclo de aprendizado mútuo e impacto positivo, onde ambas as partes saíram enriquecidas. Para os extensionistas, foi um marco em seu desenvolvimento profissional e pessoal; para a comunidade, um gesto de cuidado que deixou marcas de respeito e transformação.

---

Ass. do(a) Professor(a)