

DANÇA E TEATRO PARA A TERCEIRA IDADE: ARTES CÊNICAS COMO CAMINHO PARA O BEM-ESTAR E A VITALIDADE

Eryka Lauanny de Sousa Silva

<https://orcid.org/0009-0004-0635-6988>

Anna Larah Queiroz de Souza

<https://orcid.org/0009-0006-9199-3010>

Vanessa da Silva Guimarães

<https://orcid.org/0009-0008-7274-5446>

Gerardo Vasconcelos Mesquita

<https://orcid.org/0000-0003-4151-7316>

Fabricio Ibiapina Tapety

<https://orcid.org/0000-0002-8280-1893>

Vitor Emanuel Sousa Silva

<https://orcid.org/0000-0001-7002-3572>

Eliana Campêlo Lago

<https://orcid.org/0000-0001-6766-8492>

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2026.V5N1>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2026.V5N1-81>

RESUMO: O número de idosos da população brasileira vem aumentando a cada ano. Embora com a Política Nacional do Idoso - Lei nº 8.842, de janeiro de 1994 e outras legislações que amparam a terceira idade no nosso país, ainda se tem uma sociedade que não está preparada para o acolhimento deste grupo etário. Com a perda de papéis sociais e mercado de trabalho, o isolamento e a permanência mais tempo em casa, bem como as doenças emocionais afetam o seu processo de sociabilidade, e, conseqüentemente, sua autoestima. Os “Centros de Convivência do Idoso” surgem com a proposta de ofertar atividades de lazer, socialização, oportunidade de apoio em grupo, bem como desenvolvimento de diversas atividades artísticas e culturais, dentre elas, o artesanato. Estudo de cunho transversal, com abordagem intervencionista, tipo pesquisa-ação cuja temática “Dança E Teatro Para A Terceira Idade: artes cênicas como caminho para o bem-estar e a vitalidade”, foi desenvolvido no “Centro de Convivência do Idoso” do bairro Ponte, localizado no município de Caxias-MA. Os encontros no CCI aconteceram uma vez na semana, sendo as segundas ou quintas-feiras no horário da manhã, totalizando quatro vezes por mês, com a participação de 15 idosos. Os idosos foram, inicialmente, consultados por meio de um formulário de inscrição, de forma a identificar aqueles que desejariam participar das atividades do projeto. A participação de idosos nos Centros de Convivência tem aumentado nos últimos anos em decorrência do envelhecimento populacional. Desta forma, faz-se necessário que haja dinâmicas que envolvam esses idosos em atividades que resgatem sua autoestima, sua confiança e bem-estar dentro do ambiente que ali permanecem por um período do seu dia. A criatividade e as habilidades manuais dos idosos devem ser valorizadas, de forma a

estimular o bem-estar de forma ampla. As idosas relataram que se sentiram valorizadas e confiantes ao verem suas criações artísticas se materializarem, contribuindo assim para o resgate de sua autoestima. Outro ponto positivo foi o estímulo cognitivo que a atividade proporcionou, promovendo a concentração e a criatividade da participante. Conclui-se que com as atividades artesanais desenvolvidas foi possível observar um aumento significativo na autoestima das participantes, além de proporcionar um ambiente propício para o desenvolvimento e aprimoramento das habilidades artesanais das idosas e promover seu bem-estar.

PALAVRAS-CHAVES: Terceira Idade. Enfermagem na Saúde do Idoso. Artesanato.

DANCE AND THEATRE FOR SENIORS: PERFORMING ARTS AS A PATH TO WELL-BEING AND VITALITY

ABSTRACT: The number of elderly people in the Brazilian population has been increasing every year. Although the National Policy for the Elderly – Law No. 8,842 of January 1994 – and other legislation protect the elderly in our country, society is still not prepared to welcome this age group. The loss of social roles and access to the job market, isolation and spending more time at home, as well as emotional illnesses, affect their sociability and, consequently, their self-esteem. “Elderly Community Centers” emerge with the aim of offering leisure activities, socialization, opportunities for group support, as well as the development of various artistic and cultural activities, including handicrafts. This is a cross-sectional study with an interventional approach. The project, themed “Dance And Theater For The Elderly: performing arts as a path to well-being and vitality,” was developed at the “Elderly Community Center” in the Ponte neighborhood, located in the municipality of Caxias-MA. Meetings at the Community Center took place once a week, on Mondays or Thursdays in the morning, totaling four times a month, with the participation of 15 seniors. The seniors were initially consulted through a registration form to identify those who wished to participate in the project's activities. Results: The participation of seniors in Community Centers has increased in recent years due to population aging. Therefore, it is necessary to have activities that involve these seniors in initiatives that restore their self-esteem, confidence, and well-being within the environment where they spend part of their day. The creativity and manual skills of the seniors should be valued in order to broadly stimulate well-being. The elderly women reported feeling valued and confident when they saw their artistic creations materialize, thus contributing to the recovery of their self-esteem. Another positive point was the cognitive stimulation that the activity provided, promoting the participant's concentration and creativity. Conclusion: It is concluded that with the craft activities developed, it was possible to observe a significant increase in the participants' self-esteem, in addition to providing a conducive environment for the development and improvement of the elderly women's craft skills and promoting their well-being.

KEYWORDS: Elderly. Nursing in Elderly Health. Crafts.

INTRODUÇÃO

A população mundial tem surgido a cada momento com novos desafios quanto ao envelhecimento, em se tratando das oportunidades e desafios que aos mesmos

enfrentam na sua rotina do dia a dia, seja com atividades rotineiras, como, também, relacionadas a inserção no mercado de trabalho e as doenças crônicas que os acometem (Beard, *et al.* 2019).

Nesse sentido, os Centros de Convivência do Idoso vêm agregando cada vez mais possibilidades de prazer e entretenimento a esses idosos, servindo como meio de atenção integrada ao bem-estar e amparo socioeducativo, quando estes indivíduos sofrem, muitas vezes, com o abandono e/ou reclusa social dentro de seus próprios domicílios (Veras, 2016).

Os Serviços do CCI fazem parte da Rede de Proteção Social cujo objetivo é proporcionar atividades de cunho recreativas, culturais, artesanais etc., de permanência diurna para indivíduos com a idade igual ou superior a 60 anos (Tretteig *et al.*, 2017).

Esses Centros de Convivência do Idoso trazem uma forma de lazer e convivência social entre os idosos com outros indivíduos de mesma faixa etária o que possibilita interação social entre eles, bem como meio de apoio a reduzir a carga diante seus familiares ajudando com o cuidado com esses idosos possibilitando um passatempo prazeroso, cuidado a sua saúde mental e funcional (Tretteig *et al.*, 2017).

Com isso, o CCI proporciona atendimentos multiprofissionais, contribuindo na integração das atividades a uma promoção e preservação da autonomia desses indivíduos, sendo o centro de convivência para idosos um ambiente ideal para a realização de atividades de artesanato para idosos, pois oferece um espaço apropriado, materiais e recursos, além de um ambiente social que estimula as atividades manuais (Liu, *et al.*, 2015).

A prática da produção do artesanato é uma atividade laboral e funcional que traz muitos benefícios, sendo ela uma atividade manual tradicional. Culturalmente, artesanato retrata a imagem regional e dar visibilidade a diversas habilidades, sejam elas cognitivas, motoras e emocionais às pessoas que trabalham com o artesanato, bem como a integração e interação social, coordenação motora e relaxamento (Wang *et al.*, 2019).

O artesanato, particularmente, para os idosos, traz uma conexão de valores dentro da cultura de suas raízes familiares e regionais, o que possibilita a fuga do

isolamento social vivenciado pela maioria de nossa população idosa, impacto esse que contribui na retomada de sua autoestima e valorização pessoal (Hinojosa *et al.*, 2018).

Além disso, estudos evidenciam uma melhora significativa a saúde mental dos idosos a partir das atividades desenvolvidas com o artesanato nos Centros de Convivência dos Idosos, pois reduz o estresse e ansiedade, além de favorecer uma melhora às habilidades cognitivas, a memória e a percepção visual (Brouwer *et al.*, 2018).

Fisicamente, além da melhora na percepção motora e funcional desses idosos, o artesanato contribui na melhora da mobilidade articular, aumento da força muscular e da flexibilidade. O que tem mostrado atualmente muitos idosos com artrose, artrite e outras doenças articulares incapacitantes (Wang *et al.*, 2019).

FUNDAMENAÇÃO TEÓRICA

Com o desenvolvimento das sociedades e o surgimento das indústrias, o valor dado ao homem passou a ser pela produtividade. A partir da industrialização, os velhos começaram a ser vistos como pouco rentáveis, pois não produziam mais, logo não contribuíam para o desenvolvimento da sociedade. Assim, passou a ser visto como descartável, por isso, substituível pelo jovem e pela máquina, tornando-se um problema social (Oliveira, 2011).

A pesquisadora, Suzana Wolff (2012) fez um estudo sobre o processo de envelhecimento e verificou que, no século XX, o avanço da medicina ampliou o estudo sobre a velhice, cuja preocupação com o envelhecimento não se fixa só nas patologias que podem ocorrer nessa fase, mas sim em todos os aspectos do envelhecer, como biológico, social, psicológico, cultural e jurídico.

A partir desse entendimento, a velhice vem substituindo, na maioria das sociedades, o antigo significado do envelhecer, conceito que trazia toda uma carga de negatividade, o idoso moderno é diferente do idoso do passado (Dias, 2019).

Para a grande maioria, a velhice é uma etapa da vida cercada por impedimentos e constrangimentos, das mais diversas ordens. Estar envelhecendo implica enfrentar

transformações no corpo e na vida social. As mudanças na vida social, como a chegada da aposentadoria, são bem mais difíceis de serem compreendidas do que os limites que o corpo começa a impor à medida que a idade avança. Em muitos casos, junto ao tempo livre que decorre de situações como a aposentadoria, aparecem também sentimentos negativos que podem se transformar em problemas como a depressão e a solidão. Quando isso acontece, a arte, além de socializar, permite ao homem liberar sentimentos e emoções. Ela mantém as experimentações criativas e expressivas e funciona como fator ativador de núcleos de vitalidade e de comunicação (Guedes *et al.* 2011).

O artesanato é uma maneira de expressar ideias que contribui para a saúde mental de quem pratica essa atividade.

Além de manter a mente ativa, ajuda na criatividade de seus praticantes e na socialização entre eles. É preciso promover programas que garantam a qualidade de vida da população idosa, considerando a sua saúde física, mental e o nível de dependência para a construção de atividades que desenvolvam autonomia e senso de valor (Bendito Ponto, 2020)

O artesanato pode ser uma atividade pedagógica e terapêutica eficaz para a melhoria da autoestima, autoimagem e do bem viver de idosos com deficiência intelectual, uma vez que promove a sensação de bem-estar e a diminuição do estresse pela estimulação sensorial (Zanella, 2007).

O artesanato como terapia para idosos é um campo de estudo cada vez mais reconhecido na área de saúde e bem-estar. Ele engloba uma variedade de atividades manuais que podem ajudar os idosos a melhorar sua qualidade de vida, promover o bem-estar emocional, físico e cognitivo, além de proporcionar uma sensação de realização e propósito.

A Teoria da Terapia Ocupacional destaca a importância das atividades ocupacionais na promoção da saúde e no tratamento de condições físicas e mentais. O artesanato pode ser visto como uma atividade ocupacional que proporciona benefícios terapêuticos aos idosos, ajudando-os a manter habilidades motoras, cognitivas e sociais (Dias, 2019).

A Teoria da Autodeterminação enfatiza a importância da autonomia,

competência e conexão social para o bem-estar psicológico. O artesanato pode promover esses elementos, permitindo que os idosos exerçam escolhas sobre suas atividades, desenvolvam novas habilidades e se conectem com outros participantes (Souza; 2023).

A Teoria da Estimulação Cognitiva sugere que o engajamento em atividades que desafiam o cérebro pode ajudar a manter a função cognitiva e até mesmo retardar o declínio cognitivo em idosos. O artesanato, com suas demandas cognitivas variadas, pode oferecer uma forma de estimulação cognitiva benéfica (Bendito Ponto; 2022).

METODOLOGIA

A presente proposta foi concebida como uma ação de extensão de caráter socioeducativo, fundamentada na pesquisa-ação e na pesquisa observacional, com enfoque qualitativo e abordagem participativa. Essas metodologias foram escolhidas por possibilitarem uma imersão na realidade vivenciada pelos idosos participantes, promovendo uma compreensão mais sensível e reflexiva dos processos de criação, expressão e convivência.

A pesquisa-ação permitiu que o projeto se desenvolvesse por meio de uma dinâmica interativa entre os pesquisadores e os idosos, com foco na transformação da realidade vivida. Através das atividades propostas, como apresentações cênicas, dança e momentos de expressão corporal, buscou-se promover o bem-estar, estimular a autoestima e fortalecer os vínculos sociais dos participantes.

Simultaneamente, a pesquisa observacional foi utilizada como ferramenta de análise do comportamento, da participação e das reações emocionais dos idosos durante os encontros. Essa observação permitiu o levantamento de informações empíricas sobre o impacto das atividades no cotidiano dos participantes, servindo como base para ajustes e aperfeiçoamentos do projeto.

Para o desenvolvimento inicial do trabalho, foi apresentada a proposta à Secretaria Municipal de Assistência Social, sendo posteriormente encaminhada à direção do Centro de Convivência do Idoso (CCI) do bairro Ponte, onde foi autorizada e

acolhida. Após a aprovação institucional, foi possível dar início às ações práticas conforme cronograma previamente elaborado.

As atividades desenvolvidas contemplaram dez encontros, incluindo oficinas práticas com foco em expressão cênica e corporal inspiradas nas vivências e repertórios dos próprios idosos. Como forma complementar e integrativa, foram incorporadas também atividades manuais e artesanais — como pintura em tecido, crochê e personalização de canetas com miçangas — por sua relevância na estimulação da criatividade, coordenação motora, memória e senso estético. Tais práticas atuaram como catalisadoras de expressão emocional e resgate da autoestima, além de contribuírem para a valorização das histórias e habilidades individuais dos participantes.

Cada etapa foi registrada por meio de anotações, registros fotográficos e relatos orais das participantes, visando à construção de um relatório reflexivo e dialógico sobre a efetividade das práticas no cotidiano das idosas envolvidas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Projeto foi realizado no Centro de Convivência do Idoso (CCI) do bairro Ponte no município de Caxias/MA e contou com a participação de 15 idosas e 02 idosos nas atividades. Foram realizados 10 encontros, que abordaram as expressões cênicas, danças, festas comemorativas e artesanato.

O primeiro encontro do projeto foi realizado com o objetivo de apresentar a proposta à secretária de Assistência Social do município. Em seguida, foi realizada uma reunião com a diretora do Centro de Convivência de Idosos, local onde as atividades do projeto seriam desenvolvidas. Após as apresentações, o projeto ficou em análise pelas autoridades competentes, sendo sua autorização oficial concedida após aproximadamente 20 dias. Esse período de espera foi necessário para avaliação da viabilidade e adequação da proposta às demandas da instituição. No entanto, esse tempo de análise acabou ocasionando um pequeno atraso no início das atividades previstas, exigindo uma reorganização parcial do cronograma inicialmente estabelecido.

O segundo encontro foi realizado no Centro de Convivência de Idosos, e

contou com a presença dos idosos assistidos, dos profissionais da instituição e da equipe responsável pelo projeto. Esse momento teve como objetivo apresentar oficialmente o projeto aos participantes, destacando que as atividades seriam centradas na promoção de saúde e bem-estar da pessoa idosa por meio da dança e teatro como forma de promoção da saúde física, emocional e social da pessoa idosa, além de estimular a expressão corporal, a criatividade, a socialização e o fortalecimento da autoestima. A proposta foi recebida com entusiasmo pelos participantes, que demonstraram grande interesse e receptividade diante da iniciativa. Durante o encontro, os integrantes do projeto foram apresentados individualmente, possibilitando um primeiro contato mais próximo com o público-alvo e fortalecendo os vínculos iniciais.

Para tornar o momento ainda mais acolhedor, foi oferecido um lanche simples, adquirido com recursos provenientes das bolsas do próprio integrante do projeto, como forma de cuidado e carinho com os participantes. Essa iniciativa contribuiu para criar um ambiente de descontração e integração, reforçando os valores de acolhimento e respeito que norteiam o desenvolvimento do projeto.

Figura 01: Apresentação do projeto aos idosos no Centro de Convivência.



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

O terceiro encontro do projeto foi marcado pela realização do Baile de Carnaval dos Idosos, promovido no espaço do Centro de Convivência. O evento contou com a participação de 25 idosos assistidos pela instituição e teve como objetivo proporcionar um momento de lazer, socialização e valorização da cultura popular, alinhado à proposta do projeto de trabalhar dança e expressão artística com a terceira idade.

Para a realização do baile, os integrantes do projeto se dedicaram previamente à

confeção de máscaras, adereços carnavalescos e elementos decorativos para ambientar o espaço, criando um clima festivo e acolhedor. Além disso, os participantes do projeto contribuíram ativamente na seleção das músicas que seriam tocadas durante o evento.

O baile foi animado, repleto de músicas carnavalescas tradicionais, interação entre os participantes e muito entusiasmo. Ao final da atividade, foi servido um lanche, encerrando o encontro de forma afetiva e celebrativa. A ação foi bem recebida por todos, fortalecendo ainda mais os laços entre os idosos e a equipe do projeto.

Desta forma, é possível observar os benefícios da arteterapia desenvolvida por meio da dança e do teatro, como promoção do bem-estar geral das pessoas idosas, considerando as mudanças nos campos afetivos, interpessoal e relacional, o que propicia a melhora do equilíbrio emocional, utilizando uma maneira diferente de enxergar e interpretar a vida (Jardim et al., 2020), o que se reflete diretamente na receptividade e entusiasmo demonstrados pelos idosos durante essa atividade cultural. A figura 02 nas imagens A, B, C, D são registros feitos durante o baile de Carnaval.

Figura 02: Baile de Carnaval dos idosos



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

A atividade de produção de chaveiros com a temática do Coelho da Páscoa envolveu a participação ativa de 12 idosas, utilizando materiais previamente preparados pela equipe, como feltro, linhas coloridas, agulhas, miçangas, enchimento, argolas metálicas e cola quente. A preparação antecipada do material garantiu maior organização e fluidez durante a atividade, permitindo que as participantes focassem na execução criativa das peças.

A proposta teve como finalidade estimular a coordenação motora fina, a criatividade e a socialização. Durante a confecção, as idosas demonstraram entusiasmo

e engajamento, colaborando entre si e compartilhando experiências pessoais relacionadas à data comemorativa. Entre as dificuldades enfrentadas, destaca-se a não participação dos idosos do sexo masculino, que optaram por não se envolver na atividade. Mesmo assim, a ação possibilitou o fortalecimento dos vínculos sociais e a valorização da autonomia das idosas, promovendo bem-estar e satisfação pessoal.

Figura 04: Confeção de chaveiros



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

Na sequência, realizou-se a produção de flores, com o objetivo de desenvolver a criatividade, o estímulo cognitivo e as habilidades manuais. Participaram da atividade 13 idosas e utilizaram materiais como: folhas de EVA, tesouras e cola quente. A confecção das flores proporcionou um ambiente de descontração e troca de saberes, favorecendo a socialização e o fortalecimento dos laços entre o grupo. As idosas participaram ativamente de todas as etapas do processo, demonstrando satisfação e orgulho em relação aos resultados obtidos, o que contribuiu para a valorização da autoestima e do senso estético.

Figura 05: Confeção de flores de E.V.A



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

A festa em comemoração ao Dia das Mães foi um dos momentos mais significativos do projeto, planejada com o intuito de reconhecer o papel materno e

proporcionar um espaço de confraternização e valorização afetiva. O evento contou com atividades de dança, música ambiente, sorteio e entrega de brindes, além de um coffee break coletivo, criando um ambiente festivo, acolhedor e repleto de emoções. As idosas participaram com grande entusiasmo das danças, que estimularam o movimento corporal e o trabalho em grupo, contribuindo para o fortalecimento da coordenação motora e da socialização.

Durante a celebração, foi possível observar expressões de alegria, emoção e gratidão, tanto pelo reconhecimento simbólico da data quanto pela oportunidade de conviver e compartilhar experiências. A atividade se mostrou extremamente relevante para o fortalecimento dos vínculos afetivos e o estímulo à autoestima, demonstrando o impacto positivo que eventos comemorativos podem gerar na saúde emocional e social da pessoa idosa.

Figura 06: Festa do Dia das Mães



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

No encontro seguinte, foi realizada a festa de aniversário dos idosos, organizada com o objetivo de celebrar a vida, promover a integração social e fortalecer os vínculos afetivos entre as participantes do grupo. O evento contou com muita música, dança e momentos de descontração, criando um ambiente alegre, acolhedor e participativo. Os homenageados receberam demonstrações de carinho e reconhecimento, o que contribuiu significativamente para a valorização da autoestima e do sentimento de pertencimento. A atividade estimulou a expressão corporal e emocional, permitindo que os idosos se sentissem protagonistas do momento e reforçando o prazer de vivenciar novas experiências em grupo. Além de proporcionar lazer e entretenimento, a celebração teve um impacto positivo na saúde emocional e na socialização, evidenciando a importância de ações que reconhecem e valorizam as trajetórias individuais dentro do processo de

envelhecimento.

Figura 07: Festa de aniversário dos idosos



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

Em um dos encontros preparatórios para a festa junina, as idosas participaram de um ensaio teatral da peça intitulada “O Casamento na Roça”, elaborada como parte das atividades culturais do projeto. A proposta teve como objetivo estimular a expressão corporal, a memória, a comunicação e o trabalho em equipe, além de promover momentos de diversão e integração. Durante o ensaio, as participantes demonstraram entusiasmo e comprometimento, dedicando-se aos papéis de forma criativa e bem-humorada. A dramatização, inspirada nas tradições juninas, proporcionou um ambiente leve e descontraído, favorecendo o desenvolvimento da autoconfiança e o fortalecimento dos vínculos afetivos entre o grupo. Essa atividade revelou-se importante não apenas como preparação para a apresentação final, mas também como estratégia de promoção da socialização, da autoestima e do bem-estar emocional das idosas.

Figura 08: Ensaio da peça teatral



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

A festa junina foi um dos momentos mais aguardados e animados do projeto, planejada com o objetivo de resgatar tradições culturais, promover a socialização e proporcionar lazer às idosas participantes. O evento contou com uma decoração temática, composta por bandeirolas coloridas, balões e elementos típicos do período

junino, criando um ambiente acolhedor e festivo. Foram oferecidas comidas tradicionais, como canjica, bolo de milho e pipoca, além de música típica que incentivou a participação espontânea nas danças e brincadeiras. As idosas demonstraram entusiasmo e alegria, interagindo entre si e com a equipe organizadora, o que reforçou a importância das manifestações culturais como instrumento de convivência, inclusão e fortalecimento dos vínculos afetivos. A celebração proporcionou momentos de descontração, riso e lembranças afetivas, evidenciando o impacto positivo das atividades lúdicas e culturais no bem-estar físico e emocional das participantes.

Figura 09: Festa Junina



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

Durante a festa, foi apresentada a peça teatral intitulada “O Casamento na Roça”, fruto de ensaios realizados em encontros anteriores. A encenação foi protagonizada pelas próprias idosas, que assumiram os papéis com entusiasmo e espontaneidade, demonstrando criatividade, senso de humor e espírito de cooperação. A peça, inspirada nas tradicionais comédias juninas, retratou de forma leve e divertida situações típicas das festas do interior, despertando risadas e emoção no público presente. A apresentação contribuiu para o desenvolvimento da expressão corporal, da memória e da autoconfiança, além de valorizar o protagonismo das idosas em atividades culturais. O teatro também se revelou uma importante ferramenta terapêutica e educativa, promovendo integração social, autoestima e senso de realização pessoal entre as participantes, consolidando a festa junina como uma das experiências mais significativas do projeto.

Figura 10: Peça Teatral “O Casamento na Roça”



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

A produção de souplats de mesa com juta representou uma atividade artesanal de grande significado dentro do projeto, voltada para o desenvolvimento da criatividade, da coordenação motora e da valorização do trabalho manual. A equipe preparou previamente os materiais necessários, como bases de juta, fitas coloridas, linhas, rendas, cola e tesouras, organizando um ambiente adequado e seguro para a execução da proposta. Durante o encontro, as idosas foram orientadas sobre as etapas de confecção, desde o recorte e acabamento da juta até à personalização dos suplôs com enfeites e detalhes decorativos. A atividade despertou grande interesse e envolvimento das participantes, que demonstraram dedicação e paciência em cada etapa do processo.

Figura 11: Produção de souplats de mesa



Fonte: Arquivo pessoal (2024)

A última atividade do projeto foi dedicada à expressão das emoções por meio do teatro, encerrando o ciclo de encontros com uma proposta dinâmica e significativa. A atividade teve como objetivo estimular o autoconhecimento, a criatividade e a expressão emocional das idosas, utilizando a dramatização como ferramenta de comunicação e interação. Para a execução, foi realizado um sorteio de diferentes emoções, como alegria, tristeza, medo, raiva e surpresa, sendo cada participante convidada a atuar de forma livre e espontânea conforme a emoção sorteada.

Durante as apresentações, observou-se grande envolvimento do grupo, que demonstrou sensibilidade e disposição para se expressar de maneira autêntica e divertida. Houve momentos de riso, empatia e reflexão, uma vez que muitas participantes se identificaram com as emoções representadas e compartilharam experiências pessoais. Essa vivência proporcionou um ambiente acolhedor, favorecendo o desenvolvimento da autoestima, da comunicação e do vínculo entre as idosas.

A atividade se destacou por promover não apenas o entretenimento, mas também o bem-estar emocional e o fortalecimento dos laços afetivos, encerrando o projeto de forma leve, simbólica e enriquecedora. Por meio da arte teatral, foi possível perceber o impacto positivo das ações coletivas na valorização da pessoa idosa, reforçando a importância de iniciativas que estimulem a expressão e a convivência social nessa fase da vida.

Figura 12: Expressão das emoções



Fonte: Arquivo pessoal (2024).

De modo geral, as atividades desenvolvidas ao longo do projeto mostraram-se altamente significativas para o grupo de idosas participantes, promovendo momentos de aprendizado, socialização e bem-estar emocional. As diferentes propostas — desde as oficinas manuais até as festividades e dinâmicas teatrais — contribuíram para estimular a criatividade, fortalecer vínculos afetivos e valorizar as experiências individuais e coletivas.

Entre as dificuldades enfrentadas durante a execução, destacaram-se a resistência inicial de alguns idosos do sexo masculino em participar das atividades e a

incompatibilidade entre os horários de funcionamento do Centro de Convivência do Idoso (CCI) e as aulas na faculdade. Essa situação exigiu planejamento prévio e constante reorganização da equipe, que precisou ajustar cronogramas e dividir tarefas para garantir a continuidade das ações. Ainda assim, observou-se uma evolução positiva na adesão, no engajamento e na autoconfiança das participantes ao longo dos encontros.

Dessa forma, os resultados apontaram que ações interativas e expressivas voltadas à população idosa têm grande potencial para favorecer a inclusão social, o lazer e a promoção da saúde mental, reforçando a importância de projetos dessa natureza no contexto comunitário e institucional.

Estudos mostram que atividades de dança e teatro oferecem, aos idosos, oportunidades únicas no que concerne ao bem-estar emocional e social, além de estimularem criatividade e a interação entre os participantes.

O resgate da autoestima na terceira idade é um aspecto crucial para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida dos idosos. A participação em atividades culturais é uma forma dos idosos se reconectarem consigo mesmo e com a sociedade, despertando um senso de propósito e realização.

Dias (2019), em seu estudo, destaca que ações como esta podem contribuir para a qualidade de vida do idoso, promovendo sentimentos positivos, contribuindo para o processo de envelhecimento ativo, pois viabiliza a inserção social, fortalece a imagem pessoal de pessoas idosas e contribui para o desenvolvimento de habilidades artísticas.

Teixeira (2017), destaca que as atividades culturais oferecem uma oportunidade valiosa para as idosas interagirem entre si, compartilharem experiências e estabelecerem novos vínculos sociais, promovendo um senso de pertencimento contribuindo assim para a saúde emocional e psicossocial dos participantes.

As reflexões sobre o processo de envelhecimento demarcam uma compreensão sobre o elo entre diversos campos do conhecimento, considerando que os idosos podem fazer várias atividades que os mais jovens realizam, sendo em um ritmo mais lento (Dias, 2019). Nesse sentido, a dança e o teatro é uma atividade que se destaca, isto porque quando realizado de forma moderada e observada é capaz de contribuir para a preservação das estruturas orgânicas e do bem-estar físico, mental e social.

A dança e o teatro na terceira idade além de fortalecer a autoestima individual, também contribui para a construção de redes de apoio social. A interação entre os participantes durante as atividades promoveu a troca de experiências e solidariedade entre os membros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O referido projeto teve como objetivo o resgate da autoestima, ao proporcionar momentos de descontração prazerosas que ajude na socialização deles através das artes cênicas e das atividades artesanais.

Portanto, conclui-se que com as atividades cênicas desenvolvidas, foi possível observar um aumento significativo na autoestima das participantes, além de proporcionar um ambiente propício para o desenvolvimento e aprimoramento das habilidades artesanais das idosas e promover seu bem-estar.

AGRADECIMENTOS

Externamos nossa profunda gratidão à Universidade Estadual do Maranhão-UEMA pelo suporte permanente e pela estrutura institucional; à Coordenação do Curso de Enfermagem, reiteramos nossos agradecimentos pela dedicação e pela organização, assegurando os meios e recursos indispensáveis para a concretização de nossos objetivos.

Estendemos nossos agradecimentos à Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Estudantis (PROEXAE) pela oportunidade e pelo apoio disponibilizado.

À Prof.^a Dr.^a Eliana Campêlo Lago, dedicamos nosso especial reconhecimento pelo empenho, incentivo e orientação, essenciais para o desenvolvimento e a realização deste projeto.

Aos idosos do Centro de Convivência do Idoso - CCI Ponte, expressamos nossa sincera gratidão pela receptividade, confiança e participação ativa nas atividades desenvolvidas, fundamentais para a concretização deste projeto.

REFERÊNCIAS

- BONIN, Juliana Di Grazia. O artesanato durante a pandemia do covid-19: plano de negócios de loja virtual de produtos para terapia ocupacional por pintura em tecidos, 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso Superior de Tecnologia em Produção Têxtil) - Faculdade de Tecnologia de Americana "Ministro Ralph Biasi", Americana, 2021.
- BENDITO PONTO. Atividades para a terceira idade, como artesanato na vida influência nas atividades do idoso. Disponível em: <https://benditoponto.com.br/atividades-para-a-terceira-idade-como-artesanato-na-vida-influencia-nas-atividades-do-idoso/> acesso em: 08 de abr de 2020.
- BRASIL. Boletim Temático da Biblioteca do Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Volume 2. n.º 10. out. 2022.
- BROUWER, J., FESKENS, R., GÖNÜL, S., & STEFFENS, F. (2018). The effect of a creative program on quality of life, activity participation, and expressive speech production in frail institutionalized seniors. *Journal of Applied Arts & Health*, 8(3), 319-332.
- BURLÁ, C.. Panorama prospectivo das demências no Brasil: um enfoque demográfico. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, n. 10, p. 2949–2956, out. 2013.
- CAMILA, G. et al. Pesquisa-Ação: Uma Abordagem Prática De Pesquisa Qualitativa Research-action: a practical approach to qualitative research. *Ensaio Pedagógicos* (Sorocaba), v. 2, p. 62–72, 2018.
- CARLOS, L.; SANTOS, D. A Observação: uma técnica ou instrumento de coleta de dados numa investigação científica. [s.l: s.n.]. Disponível em: https://www.lcsantos.pro.br/wpcontent/uploads/2021/03/34_A_OBSERVACAO.pdf.
- DIAS, R. Contribuições do artesanato no processo do envelhecimento saudável. Monografia, CEARA, 2019.
- DERHUN FM, SCOLARI GA DE S, CASTRO VC DE, SALCI MA, BALDISSERA VDA, CARREIRA L. The coexistence center for elderly people and its importance in the support to the family and the Health Care Network. *Esc Anna Nery* [Internet]. 2019;23(2):e20180156. Available from: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2018-0156>
- GAS Scolari, Derhun FM, Rissardo LK, Baldissera VDA, Radovanovic CAT, Carreira, L. Participation in the coexistence center for elderly: repercussions and challenges. *Rev Bras Enferm*. 2020;73(Supl 3):e20190226. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0226>.
- GUEDES, M. H. M.; GUEDES, H. M.; ALMEIDA, M. E. F. DE .. Efeito da prática de trabalhos manuais sobre a autoimagem de idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 14, n. 4, p. 731–742, out. 2011.
- LIU G, YAP P, WONG GH, HUA EC. Day Care Centers for Seniors in Singapore: looking back and looking ahead. *J Am Med Dir Assoc* [Internet]. 2015 [cited 2016 Nov 14];16(7):630.e7-11. Available from: [http://www.jamda.com/article/S1525-8610\(15\)00256-X/pdf](http://www.jamda.com/article/S1525-8610(15)00256-X/pdf).
- SILVA, E.L.S.; SOUZA, A.L.Q.; GUIMARÃES, V.S.; MESQUITA, G.V.; TAPETY, F.I.; SILVA, V.E.S.; LAGO, E.C. Emergências médicas: educação em saúde para a comunidade escolar. *Revista Eletrônica Amplamente*, Natal/RN, v. 5, n. 1, p. 1313-1332, jan./mar., 2026.

OLIVEIRA, V. F. Velhice e sociedade. São Paulo: Atheneu, 2011.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório mundial de envelhecimento e saúde. Genebra: OMS, 2015. Disponível em: <https://www.who.int/es/initiatives/decade-of-healthy-ageing>.

SOUZA, A. A. F. & WECHSLER, S. M. Inteligência e Criatividade na Maturidade e Velhice. Psicologia: Refl exão e Crítica, 26(4), 643-653, 2013.

TEIXEIRA, D. P.; CARLOS, C. A. L. V. “Mãos que criam” e a promoção da qualidade de vida de idosos por meio de atividades artesanais. Oikos: Família e Sociedade em Debate, v. 28, n. 1, p. 162–179, 25 jun. 2017.

HINOJOSA, C., LOBO, A., MURO, A., PÉREZ, C., & PÉREZ, J. (2018). Art therapy: Promoting social interaction and wellness among older adults. Geriatric Nursing, 39(5), 535-537.

WANG, J., ZHAO, Z., LI, H., & LI, T. (2019). The effect of a handcraft program on physical function among older people living in a nursing home: a randomized controlled trial. The Journal of Nursing Research : JNR, 27(1), e10.

WOLFF, S. H. Vivendo e envelhecendo: recortes de práticas sociais nos núcleos de vida saudável. São Paulo: Editora Unisinos, 2009.

YEH, S., CHUANG, Y., WU, C., & LIANG, H. (2016). Evaluation of artistic activity on mood, social interaction and cognition of older persons with dementia in long-term care facilities: A randomized controlled trial. International Journal of Geriatric Psychiatry, 31(11), 1187-1196.

Submissão: novembro de 2025. Aceite: dezembro de 2025. Publicação: março de 2026.

INFORMAÇÕES DOS AUTORES

SILVA, Eryka Lauanny de Sousa= Acadêmica de Enfermagem na Universidade Estadual do Maranhão – UEMA. Bolsista do projeto PET- Saúde digital. Membro da diretoria, como diretora financeira da Liga Acadêmica de Educação e saúde (LAES-UEMA). E-mail: lauanny.uni@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-0635-6988>

SOUZA, Anna Larah Queiroz de= Acadêmica de Enfermagem na Universidade Estadual do Maranhão – UEMA. Voluntária do projeto “Alegria que Transforma: um espaço lúdico para a promoção do vínculo e da saúde infantil do Centro de Especialização Odontológica – CEO”. Membro da diretoria, como responsável pelo Marketing da Liga Acadêmica de Educação e Saúde (LAES-UEMA). Email: lahaqueiroz21@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-9199-3010>

GUIMARÃES, Vanessa da Silva= Acadêmica do curso de enfermagem bacharelado da Universidade Estadual do Maranhão-UEMA. Membro da diretoria da Liga Acadêmica de Educação e saúde (LAES-UEMA). E-mail: guimaraesvanessa65@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-7274-5446>

MESQUITA, Gerardo Vasconcelos= Médico ortopedista. Especialista em Ortopedia e Traumatologia, pela Sociedade Brasileira de Ortopedia e traumatologia SBOT. Especialista em Medicina Esportiva pela Universidade Estadual de Pernambuco UPE. Especialista em Geriatria e Gerontologia pelo Hospital Sírio Libanês. Especialista em Medicina do Trabalho pela Associação Médica Brasileira- AMB. Mestre em Cirurgia pela Universidade Federal de Pernambuco -UFPE. Doutor em Cirurgia ortopédica pela Universidade Federal de Pernambuco -UFPE. Professor titular do Centro Universitário Uninovafapi. Professor Adjunto da Universidade Federal do Piauí-UFPI. E-mail: gvmesquita@uol.com.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4151-7316>

SILVA, E.L.S.; SOUZA, A.L.Q.; GUIMARÃES, V.S.; MESQUITA, G.V.; TAPETY, F.I.; SILVA, V.E.S.; LAGO, E.C. Emergências médicas: educação em saúde para a comunidade escolar. **Revista Eletrônica Amplamente**, Natal/RN, v. 5, n. 1, p. 1313-1332, jan./mar., 2026.



TAPETY, Fabrício Ibiapina= Graduado em Odontologia pela Universidade Federal do Piauí-UFPI. Professor Adjunto de morfologia da Universidade Estadual do Piauí-UESPI. E-mail: fabriciotapety@ccs.uespi.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8280-1893>

SILVA, Vitor Emanuel Sousa= Graduado em Enfermagem pela Universidade Estadual do Maranhão - UEMA. Mestre em Biodiversidade, Ambiente e Saúde (PPGBAS/UEMA). E-mail: vemanuel0612@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7002-3572>

LAGO, Eliana Campêlo= Odontóloga pela Universidade Federal do Piauí-UFPI. Enfermeira pela Universidade Federal do Piauí-UFPI. Bacharel em Direito pela UniFACID WYDEN. Pós-doutorado - Programa de Pós-Graduação em Medicina Tropical da Universidade de Brasília-UNB. Pesquisadora do Núcleo de Pesquisa em Morfologia e Imunologia Aplicada – NuPMIA-UNB. Doutora em Biotecnologia pela Universidade Federal do Piauí-UFPI. Mestre em Clínicas Odontológicas pela Universidade Federal do Pará-UFPA. Especialista em Odontopediatria pela Universidade Federal do Pará-UFPA. Especialista em Harmonização Orofacial pela Associação Brasileira de Cirurgiões-dentistas-ABCD-PI. Especialista em Implantodontia pela Associação Brasileira de Cirurgiões-dentistas -ABCD-PI. Especialista em Enfermagem Obstétrica pela Universidade Estadual do Pará-UEPA. Especialista em Enfermagem do Trabalho pelas Faculdades Integradas São Camilo CEDAS-SP. Professora Associada I do Programa de Pós-Graduação em Biodiversidade, Ambiente e Saúde- PPGBAS e da graduação do Departamento de Ciências da Saúde - Universidade Estadual do Maranhão-UEMA. Professora Permanente da Rede Bionorte Da Amazônia Legal. E-mail: anaileogal@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6766-8492>