



OFICINA “CONHECENDO O CORPO HUMANO” NO PROJETO UNIVERSIDADE ABERTA A PESSOA IDOSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Beatriz Nery da Silva ¹
João Martins de Oliveira Filho ²
Talita Houston Mamede Barroso ¹
Bruna Meireles Silva ¹
Luís Felipe Martins Pires ²
Alinne Alves Ferreira ¹
Viviane Lemos Silva Fernandes ³
Ilana de Freitas Pinheiro ³
Wesley dos Santos Costa ³

Resumo:

Objetivo: relatar a experiência dos acadêmicos acerca da oficina “conhecendo o corpo humano” aplicada na Universidade Aberta a Pessoa Idosa. **Métodos:** Os encontros da oficina de extensão “Conhecendo o corpo humano” foram realizadas semanalmente, as quartas feiras, com uma carga horária de 40 horas semestrais. Projeto de extensão institucionalizado no Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, foi ministrado pelos acadêmicos da Liga de Anatomia Humana da UniEVANGÉLICA (LAHUNI), com um público de 30 pessoas idosas, sendo a temática diferente em cada aula. A exposição da matéria advinha de metodologias ativas e expositivas, utilizando apoio áudio visual, peças anatômicas sintéticas, entre outras formas para proporcionar dinamização entre os discentes e os idosos. **Resultados:** Os acadêmicos ingressados na liga eram instigados a procurarem novos métodos de aula para estimular a interação social e em grupo, proporcionando aumento da criatividade e dinamização. Pôde-se perceber um aumento do autoconhecimento corporal e diminuição de dúvidas sobre processos do envelhecimento e casos presentes relacionados a saúde, pois conforme as aulas foram ministradas as dúvidas foram sendo sanadas de forma dinâmica e interativa. Observou-se crescentes formas de interações das pessoas idosas, pois, estavam gradativamente conhecendo seu próprio corpo de maneira facilitada. **Conclusão:** As atividades de inclusão foram satisfatórias para as pessoas idosas, pois promoveram aumento da participação social e do aprendizado da disciplina de anatomia humana.

Palavras-Chave: Idosos. Anatomia. Aprendizagem.

OFICINA “CONHECENDO O CORPO HUMANO” NO PROJETO UNIVERSIDADE ABERTA A PESSOA IDOSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Abstract:

Objective: to report the experience of the academics about the workshop "knowing the human body" applied at the University Open to the Elderly. **Methods:** The workshop "Knowing the human body" was held weekly, Wednesdays, with a workload of 40 semester hours. An institutionalized extension project at the Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA, was taught by the academics of the Human Anatomy League of UniEVANGÉLICA (LAHUNI), with an audience of 30 elderly people, the theme being different in each class. The exposition of the material came from active and expositive methodologies, using audio visual support, anatomical anatomical pieces, among other ways to provide dynamization among students and the elderly. **Results:** League-bound academics were encouraged to look for new classroom methods to stimulate social and

¹ Graduando em enfermagem no Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, Anápolis-GO, Brasil. E-mail: bianeryy@outlook.com

² Graduando em fisioterapia no Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, Anápolis-GO, Brasil.

³ Docente do curso de fisioterapia no Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, Anápolis-GO, Brasil.



group interaction, increasing creativity and dynamism. It was possible to perceive an increase in the self-knowledge of the body and decrease doubts about aging processes and present cases related to health, because according to the classes were given the doubts were being healed in a dynamic and interactive way. Increasing forms of interactions of the elderly were observed, as they were gradually becoming acquainted with their own bodies in a facilitated way. Conclusion: Inclusion activities were satisfactory for the elderly, as they promoted an increase in social participation and learning in the discipline of human anatomy.

Keywords: Seniors. Anatomy. Learning.

1. Introdução:

A porcentagem da população idosa vem aumentando com o passar dos anos no mundo, sendo que estudos apontam que em 2050, os idosos vão representar em torno de 22,5% da população mundial (UNITED NATIONS, 2017). O processo de envelhecimento se caracteriza por perdas na função normal do organismo, decorrente de alterações em células e tecidos, aumentando então o risco de doenças como a demência. Para indivíduos mais velhos, a manutenção de uma vida social ativa e engajada é um componente crítico do envelhecimento (SABIK, 2017; TRINDADE et al., 2013).

Fato este, que deve estimular pesquisadores e outros profissionais em propor novos métodos para haver constante inclusão dos idosos em atividades diversas, desacelerando o declínio funcional e cognitivo que afeta intensamente a qualidade de vida dos mesmos. Ao se examinar esta situação, podemos dizer que é de elevada importância atividades que reaviva o processo de ensino-aprendizagem na terceira idade, fazendo com que eles sintam mais entusiasmados e confiantes, elevando a autoestima, diminuindo sintomas depressivos e até diminuindo riscos de demência em idosos (WARE et al., 2017; WANG et al., 2002).

Atividades cognitivas são de grande importância para todos as pessoas, pois a partir desses fatores é possível reconhecer e recorrer as diversas atividades das quais se participa. Não só para discentes e profissionais da área da saúde, mas para qualquer pessoa o conhecimento da anatomia e da fisiologia humana se faz importante, contribuindo com a formação de um ser social apto a interpretar seu sistema como um todo e sendo capaz de prevenir algumas doenças frequentes por falta de autoconhecimento corporal (SALBEGO; OLIVEIRA; SILVA, 2015; COUTINHO; LISBÔA, 2011).

Diante do exposto, identifica-se a importância de atividades de ensino da anatomia voltadas para a população idosa, situação que auxilia na desaceleração do declínio funcional e mental (presente no envelhecimento) e permite um melhor conhecimento corporal e de patologias, facilitando a prevenção e ajudando a seguir estilos de vida saudáveis. O objetivo do presente estudo foi relatar a



experiência dos acadêmicos acerca da oficina “conhecendo o corpo humano” aplicada na Universidade Aberta a Pessoa Idosa.

2. Métodos:

Os encontros da oficina de extensão “Conhecendo o corpo humano” foram realizadas semanalmente, as quartas feiras, com uma carga horaria de 40 horas semestrais. Projeto de extensão institucionalizado no Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, foi ministrado pelos acadêmicos da Liga de Anatomia Humana da UniEVANGÉLICA (LAHUNI), com um público de 30 pessoas idosas. A temática era diferente em cada atividade, abordando os seguintes assuntos: sistema esquelético, muscular, cardiovascular, nervoso, respiratório, reprodutor, urinário, digestório, tegumentar, linfático, imunológico e endócrino. A exposição da matéria advinha de metodologias ativas e expositivas, utilizando apoio áudio visual, peças anatômicas sintéticas, entre outras formas para proporcionar dinamização entre os discentes e os idosos. Para a avaliação do conhecimento dos idosos acerca das matérias aplicadas, foram realizadas perguntas ao final das oficinas, e para a compreensão da experiência dos discentes, realizou-se reuniões para a exposição da análise dos pontos fortes das atividades para os mesmos e para os idosos.

3. Relato de Experiência e Resultados:

A oficina conhecendo o corpo humano foi criada, incluindo a participação somente pessoas com mais de 60 anos, que são critérios impostos pela Universidade Aberta para a Pessoa Idosa – UniAPI. A UniAPI, realiza diversas oficinas que ajudam bastante a comunidade, trazendo benefícios motores e físicos. A oficina foi criada em 2018 pela Liga de Anatomia Humana da UniEVANGÉLICA, aperfeiçoada em 2019 para adaptações voltadas a um melhor entendimento da matéria de Anatomia Humana.

Para que os idosos se sintam á vontade realizamos exemplos de casos clínicos e perguntas para que houvesse melhor interação e aprendizagem dos idosos. Os acadêmicos ingressados na liga eram instigados a procurarem novos métodos de aula para estimular a interação social e em grupo, proporcionando aumento da criatividade e dinamização. Foram realizadas gincanas, discussões, exposições de peças, perguntas, entre outros métodos focados na interação em grupo, que proporcionaram aumento da participação social e aprendizagem do corpo humano.



Através das ações educativas para a terceira idade, pôde-se perceber um aumento do autoconhecimento corporal e diminuição de dúvidas sobre processos do envelhecimento e casos presentes relacionados a saúde, pois conforme as aulas foram ministradas as dúvidas foram sendo sanadas de forma dinâmica e interativa. Desta forma as atividades de extensão foram de elevada importância para os idosos, onde percebeu-se melhor interação social e reflexão sobre o autocuidado. Durante as aulas ministradas os acadêmicos ingressos na liga mostraram total acolhimento a essas pessoas para que essas se sintam à vontade tanto por questões culturais quanto sociais. Notou-se que ações educativas ajudaram para a prevenção da saúde dos idosos, através de relatos de fatos acontecidos com os mesmos, mostrando formas de resoluções efetivas.

Observou-se crescentes formas de interações das pessoas idosas, pois, estavam gradativamente conhecendo seu próprio corpo de maneira mais fácil. Depois das aulas praticadas, são propostas avaliações dos próprios alunos (idosos) para que fossem apresentados novos métodos interativos, fazendo com que as aulas não se tornem cansativas e difíceis. Os projetos de extensões foram importantes por conta das dimensões do autocuidado e o método aplicado na ação foi dosado e incorporado de acordo com a capacidade cognitiva do grupo de idosos, para que esse conhecimento fosse único, e gerador de novas atitudes comportamentos, trazendo então um envelhecimento saudável.

4. Conclusões:

As atividades de inclusão foram satisfatórias para as pessoas idosas, pois promoveram aumento da participação social e do aprendizado da disciplina de anatomia humana. Métodos qualitativos e quantitativos se fazem necessários para a compreensão do real impacto da oficina no entendimento da disciplina proposta e nos domínios sociais, psicológicos e físicos da qualidade de vida.

Agradecimentos

Agradecimento a coordenação da Universidade Aberta da Pessoa Idosa, por permitir a realização da oficina “Conhecendo o Corpo Humano”.



Referências:

- COUTINHO, C; LISBÔA, E. Sociedade da informação, do conhecimento e da aprendizagem: desafios para educação no século XXI. **Revista de Educação**, v. 18, n. 1, p. 5-22, 2011.
- SABIK, N. J. Is social engagement linked to body image and depression among aging women? **Journal of Women & Aging**, v. 29, n. 5, p. 405-416, 2017.
- SALBEGO, C. et al. Percepções acadêmicas sobre o ensino e a aprendizagem em anatomia humana. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 1, p. 23-31, 2015.
- TRINDADE, A. P. N. T. et al. Repercussão do declínio cognitivo na capacidade funcional em idosos institucionalizados e não institucionalizados. **Fisioterapia em Movimento**, v. 26, n. 2, p. 281-298, 2013.
- UNITED NATIONS, DEPARTMENT OF ECONOMIC AND SOCIAL AFFAIRS, POPULATION DIVISION. **World Population Ageing 2017**. 2017.
- WANG, H.X. et al. Late-life engagement in social and leisure activities is associated with a decreased risk of dementia: a longitudinal study from the kungsholmen project. **American Journal of Epidemiology**, v. 155, n. 12, p. 1081-1087, 2002.
- WARE, C. et al. Maintaining Cognitive Functioning in Healthy Seniors with a Technology-Based Foreign Language Program: A Pilot Feasibility Study. **Frontiers in Aging Neuroscience**, v. 9, suppl. 42, 2017. DOI:10.3389/fnagi.2017.00042