

HUMANIZAÇÃO EM SAÚDE NO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVA IDADE - A PRÁTICA LÚDICA COMO FATOR POTENCIALIZADOR

Renata Cardoso Rocha-Madruga¹
Antares Silveira Santos²
Adilson Avelino da Silva Filho³
Gabriella Barreto Soares⁴

RESUMO

O processo de envelhecimento traz consigo mudanças fisiológicas, existindo a necessidade de cuidados crescentes voltados para a prática de promoção e prevenção, através da humanização da saúde, tendo como uma das ferramentas a utilização de atividades lúdicas. A formação dos profissionais mostra-se deficiente nesse aspecto, colocando a realização de projetos de extensão como meio de suprir essa necessidade. Esse Relato de Experiência tem como objetivo descrever as vivências de graduandos de diversos cursos no projeto de extensão da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB) Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade. Foram realizadas atividades trabalhadas com idosos de forma lúdica, com metodologias ativas, sobre temáticas relacionadas ao envelhecimento saudável. Buscou-se, dessa forma, suprir as necessidades em saúde existentes, fornecendo informações e cuidados para a comunidade de duas Unidades Básicas de Saúde da Família (UBSF). O projeto também ofertou aos graduandos a experiência do trabalho humanizado no sistema de saúde público, capacitando-os para a vida profissional. Observou-se que a partir das atividades realizadas, houve a criação do vínculo entre a comunidade e estudantes, além de ter aumentado o interesse dos idosos acerca de assuntos relacionados com a saúde e, dessa forma, empoderando-os.

Palavras-chave: Humanização da assistência, Promoção da Saúde, Educação em Saúde, Atenção Primária à Saúde, Saúde do idoso.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo progressivo, em que há alterações morfológicas, bioquímicas e funcionais, com redução na capacidade homeostática, dessa forma, concomitantemente com a necessidade de novas pesquisas, há a necessidade de que uma nova concepção do idoso em termos de promoção e prevenção, seja formada visando contribuir para um envelhecimento saudável (PADOIN et al, 2010).

A prática de promoção a saúde e prevenção de doenças deve ser atrelada aos cuidados humanizados em saúde, de modo a contribuir de forma eficaz na disseminação de

¹ Doutor pelo Curso de Odontologia da Universidade Universidade de Pernambuco - UPE, renatacardosorochemadruga@gmail.com;

² Graduando pelo Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, antaressantos@gmail.com;

³ Graduando pelo Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, adilsoninga@hotmail.com;

⁴ Doutor pelo Curso de Odontologia da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho - UNESP, gabriella.barreto@yahoo.com.br;

informações. Para isso, a Política Nacional de Humanização (PNH), lançada em 2003 pelo Ministério da Saúde, impulsionou a inserção de diversas práticas no cuidado em saúde, contribuindo para o acolhimento adequado do usuário, do incentivo da coparticipação e na criação de vínculos entre profissionais e usuários (BRASIL, 2003).

Nessa perspectiva, a inserção de atividades lúdicas no cuidado em saúde torna-se uma ferramenta adicional para a manutenção da humanização, podendo ser utilizada com diversos grupos. Porém, observa-se que durante a formação dos profissionais existem poucas discussões e reflexões acerca dessa prática, favorecendo a permanência do desconhecimento por parte dos profissionais atuantes no sistema de saúde, levando a uma limitação de meios utilizados para implantação do cuidado humanizado (BATAGLION; MARINHO, 2019).

Assim, a realização de projetos de extensão voltados para promoção da saúde e cuidado humanizado, torna-se um meio de suprir essa deficiência das matrizes curriculares dos cursos de saúde. Um projeto de extensão deve contemplar fatores relacionados à cidadania e empoderamento dos sujeitos e coletividades, assim a vivência extensionista revela-se essencial na formação acadêmica por proporcionar experiências aos graduandos muito além das obtidas sob os moldes tradicionais de formação (BISCARDE; PEREIRA-SANTOS; SILVA, 2014; DE DEUS et al, 2012).

Compreendendo-se a importância de compartilhar experiências exitosas, esse trabalho busca descrever, através de um Relato de Experiência, as vivências de graduandos de diversos cursos a partir do projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade. Desse modo, busca-se contemplar a relação ensino/extensão com práticas de promoção de saúde, tendo como base as atividades educativas, interativas e lúdicas, com o objetivo de trocar conhecimento com a comunidade, e para os graduandos, a experiência de vivenciar estratégias de promoção da saúde e humanização transformadoras para formação.

METODOLOGIA

O projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade é desenvolvido pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), *campus I* e tem como proposta metodológica e de ação a integração da pesquisa e extensão, em que este, através do desenvolvimento de atividades educativas de saúde para a comunidade, busca promover o envelhecimento saudável e empoderamento social dos idosos ao abordar temáticas importantes para o processo do envelhecimento. Já a partir da pesquisa, busca-se obter

informações sobre o perfil sócio-bio-demográfico do público-alvo, bem como o acesso aos serviços de saúde bucal, além de informações acerca da autopercepção de saúde bucal ao utilizar o questionário *Geriatric Oral Health Assessment Index (GOHAI)*. Assim, possibilita o diagnóstico de problemas de saúde bucal dos idosos participantes e avalia informações referentes ao acesso aos serviços de saúde bucal, autopercepção e morbidade referida.

Objetivos e Atores do Ativa Idade – Desenvolvimento Saudável na Comunidade

Esse projeto tem como objetivo principal estimular os graduandos de diferentes cursos no trabalho humanizado em saúde, contribuindo com a melhoria da qualidade de vida de idosos em uma Unidade Básica de Saúde da Família sem cobertura de Equipe de Saúde Bucal no município de Campina Grande – PB, proporcionando a oportunidade de aperfeiçoar o desenvolvimento de medidas educativas em saúde. Assim, é almejado que a criatividade e a habilidade do trabalho integral e interprofissional sejam desenvolvidas na prática dos extensionistas, permitindo uma formação em consonância às Diretrizes Curriculares dos cursos da saúde.

Ademais, com o desenvolvimento do projeto, busca-se motivar e capacitar os idosos a serem agentes multiplicadores de saúde ao realizar trocas de conhecimento, bem como permitir uma maior integração dos demais profissionais de saúde através da inserção dos extensionistas no ambiente da Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF), ao mesmo tempo em que há o favorecimento da integração ensino-serviço no Sistema Único de Saúde (SUS). Assim, percebe-se o fortalecimento do cuidado em saúde prestada aos idosos e da qualificação dos futuros profissionais para uma atuação humanizada, integrativa e interprofissional.

O projeto teve início em 2016, com a realização de suas atividades na UBSF Conceição, contando com a atuação de 23 estudantes dos cursos de Odontologia e Enfermagem. Nesse período, foram realizadas ações com 111 idosos adstritos à unidade. Em 2017, observou-se a importância da inclusão de mais cursos para contemplar de forma efetiva os objetivos do projeto. Assim, contou com a presença de 29 estudantes dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Odontologia, Psicologia e Direito. Além disso, contou com a ampliação das ações, incluindo também, a UBSF Bonald Filho, alcançando, nesse período, 137 idosos.

Tabela 1. Distribuição dos extensionistas do Projeto de Extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade de acordo com o curso por ano

	2016	2017
Odontologia	16 extensionistas	12 extensionistas
Enfermagem	06 extensionistas	06 extensionistas
Psicologia	-	04 extensionistas
Direito	-	01 extensionista
Fisioterapia	-	06 extensionistas
Total	22 extensionistas	29 extensionistas

Fonte: Elaborado pelos autores

Projeto em ação

As atividades são realizadas semanalmente pelos extensionistas, que são distribuídos de acordo com a disponibilidade de horário, formando grupos de atuação. As ações ocorrem principalmente no espaço comum da UBSF, instigando, ao mesmo tempo, a ida dos idosos ao serviço de saúde. Para a escolha dos temas, é levado em consideração a opinião dos idosos e da equipe de saúde, permitindo a integração crescente do extensionista, profissional da saúde e do usuário.

Mensalmente, é realizada uma reunião dos integrantes do projeto, tendo a presença de todos os extensionistas e da professora coordenadora. Esse momento de interação é utilizado para a definição da temática que irá ser trabalhada durante o mês (Quadro 1) e para a realização de discussões acerca do observado durante as ações, possibilitando que os extensionistas compartilhem as suas impressões e expressem as suas dúvidas e anseios para o projeto. Dessa forma, permite a troca de saberes e a manutenção de um diálogo aberto e informal entre os participantes do projeto.

Ainda, em conjunto, é decidida a forma de explanação da temática para os idosos, buscando a realização de dinâmicas, com base nas metodologias ativas de ensino. Assim, a criatividade dos extensionistas é estimulada, bem como a prática da humanização e a visualização do usuário de forma integral, permitindo a aproximação do extensionista com usuário, a criação de vínculo e confiança e a efetividade da prática da educação em saúde.

Quadro 1. Esquematização das ações realizadas no Projeto de Extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade

2016
1º Mês – Dinâmica Quebra de Gelo
2º Mês – Dinâmica Tecendo Conversas: Nossas Histórias de Vida
3º Mês – Ação em parceria com a Liga Interdisciplinar ao Combate do Câncer Oral (LINCCO) da UEPB
4º Mês – Curso de Capacitação para Cuidadores de Idosos e Agentes Comunitários da Saúde
5º Mês – Higienização das próteses e Alimentação Saudável (Visitas domiciliar com o ACS, escovação supervisionada, cartazes e mesas demonstrativas)
6º Mês – Higienização das próteses, Atividade Física e Postura Corporal (Visitas domiciliar com o ACS, escovação supervisionada, demonstração de prática corporal)
7º Mês – Memória e Participação Social e Cidadania (Jogo dos sete erros e rodas de conversa)
2017
1º Mês – Recapitulação de todas as temáticas trabalhadas no ano anterior
2º Mês – Depressão (Rodas de conversa e dinâmica Gota d’água)
3º Mês – Limites e possibilidades do envelhecimento e alterações osteoarticulares (Rodas de conversa e confecção da árvore “frutos bons e podres”)
4º Mês – Prevenção ao câncer de mama (Rodas de conversa)
5º Mês – Prevenção ao câncer de próstata e outros cânceres (Rodas de conversa e dinâmica “Mitos e Verdades”)
6º Mês – Alzheimer e Parkinson (Rodas de conversas, Caixa “Mitos e verdades”, Dinâmica “Espelho Simples”) e montagem da árvore de Natal com “palavras-chave” inseridas por cada idoso

Fonte: Elaborado pelos autores

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da realização das atividades propostas pelo projeto de extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade, os estudantes de graduação têm a oportunidade de vivenciar a realidade da Atenção Básica, estando próximos ao cotidiano de uma UBSF e a

comunidade, ao mesmo tempo em que desenvolvem um olhar mais ampliado e humano sobre a saúde da população. Ainda hoje, observa-se que os projetos pedagógicos dos cursos de saúde possuem pouca menção à prática de humanização na saúde, colocando a elaboração de projetos de extensão como uma alternativa para suprir essa importante necessidade (CORSINO; SEI, 2019).

Para dar início ao projeto, foi considerada a importância da criação do vínculo inicial dos extensionistas com a comunidade, além do reconhecimento pelos idosos dos objetivos da implantação do projeto. Dessa forma, o projeto foi apresentado para os idosos, sendo destacado que temáticas relacionadas ao envelhecimento saudável seriam trabalhadas, estando aberto o espaço para que os idosos compartilhassem os temas que gostariam que fossem trabalhados. A partir disso, falas como “Não gosto de atividades físicas”, demonstraram que existe pouco interesse de realização de atividades físicas pelos idosos, tornando-se uma das temáticas a serem trabalhadas pelo projeto.

Ainda, buscando deixar os idosos mais envolvidos com o projeto, foi realizada a dinâmica “quebra de gelo”, em que, a partir da formação de um círculo incluindo idosos, extensionistas e a coordenadora do projeto, passava-se uma bexiga de mãos em mãos ao ritmo de uma música e, no momento em que a música parava, a pessoa que estava segurando a bexiga se apresentava e falava sua expectativa sobre o projeto (Fig. 1 e Fig. 2). Assim, além de permitir a interação entre os participantes, possibilitou observar a empolgação dos idosos com o projeto e o reconhecimento da importância do projeto.



Figuras 1 e 2. Realização da dinâmica “Quebra de Gelo”

Posteriormente, foi realizada a dinâmica “Tecendo Conversas: Nossas Histórias de Vida”, com o objetivo de compartilhar recordações de cada um que se fazia presente. Assim, a partir de um objeto levado para a roda de conversa, histórias e memórias eram contadas, constituindo-se um momento rico de aprendizado e apoio ao surgirem histórias alegres de

conquistas e tristezas de abuso e exploração (Fig. 2 e Fig. 3). Com isso, também foi observada a necessidade de abordar temáticas relacionadas a saúde mental, principalmente a depressão.



Figuras 2 e 3. Realização da dinâmica “Tecendo Conversas: Nossas histórias de vida”

Seguindo as necessidades observadas, foram desenvolvidas dinâmicas para trabalhar as temáticas de “Atividade Física e Postura Corporal” e “Depressão”. O processo do envelhecimento é naturalmente acompanhado de perdas fisiológicas e a realização de atividades físicas contribui para a preservação da autonomia do idoso, devendo ser incentivada constantemente para que o idoso possa inserir esse hábito no cotidiano, além de orientá-los acerca da adequada postura corporal durante as atividades, de modo a evitar a sobrecarga dos músculos (ARAÚJO, 2002).

Para trabalhar a temática de atividade física, utilizou-se a prática da roda de conversa, em que os extensionistas conversaram sobre a importância da atividade física regular, dando exemplos de como realizá-las, reconhecendo as limitações de cada um. Foram discutidos na roda de conversa os benefícios para quem realiza e os problemas desenvolvidos pela falta de atividade física. Dessa forma, constrói-se um espaço de escuta para a exposição das ideias e compreensões dos idosos, de modo a entender as diversas motivações que podem estar relacionadas a realização ou a falta da prática de atividade física. Ainda, realizou-se a dinâmica de “mitos e verdades” sobre atividade física, permitindo a interação dos idosos e a desmitificação de alguns pontos.

Para a postura corporal, inicialmente realizada uma conversa com foco na importância da manutenção da postura corporal para os idosos, incluindo-os na reflexão para que haja o incentivo na realização do que estava sendo explanado. Assim, foram repassadas as orientações gerais sobre postura corporal durante as atividades diárias, como dormir, caminhar e ao realizar atividades domésticas. Para tornar o momento mais lúdico e envolver

os idosos, foram realizadas demonstrações práticas pelos extensionistas, com a participação dos idosos que estivessem confortáveis em demonstrar (Fig. 4 e Fig. 5).



Figuras 4 e 5. Atuação acerca da temática Atividade Física e Postura Corporal

A partir das perdas fisiológicas, muitos idosos passam a se sentir incapazes e inúteis para a sociedade, desenvolvendo a depressão. Além disso, diversos outros fatores estão associados, como sexo, baixa escolaridade, condição socioeconômica baixa, eventos estressores e pouco suporte social, ocasionando uma complexidade que muitos profissionais não conseguem diagnosticar, passando despercebido (PINHO; CUSTÓDIO; MAKDISSE, 2009). Assim, a construção de espaços em que os idosos possam compartilhar seus sentimentos, tornam-se cada vez mais importantes, como forma de orientação para a procura de profissionais qualificados.

Para introduzir a temática da depressão e seus impactos na vida do idoso, realizou-se uma roda de conversa com relatos dos próprios idosos e dos extensionistas de situações que os remetessem à depressão. Dessa forma, houve uma contribuição mútua e foi possível manter a atenção e incentivar a participação dos idosos através do diálogo. Posteriormente, para dar continuidade à temática, usou-se a dinâmica "Gota d'Água", em que, para representar as mágoas, decepções, perdas e limitações que vão se acumulando ao longo da vida, enchia-se com água, aos poucos, um copo até derramar, permitindo a visualização do que seria a depressão. Com isso, os extensionistas abordaram o incentivo da prática de atividade física, do exercício cognitivo e do convívio social, chamando a atenção para a detecção dos sintomas em pessoas próximas a elas. Como conclusão dos momentos, sugeria-se um abraço coletivo, de modo incentivar a construção do apoio uns com os outros (Fig. 6 e Fig. 7).



Figuras 6 e 7. Atuação acerca da temática Depressão

Considerando que a ocorrência de hipertensão arterial e diabetes na população é crescente, torna-se importante a abordagem da temática alimentação saudável com os idosos. Para isso, os extensionistas fizeram uma exposição com cartazes sobre alimentação saudável, contendo em saquinhos a quantidade de açúcar ou sal presente nos alimentos expostos (Fig. 8). Assim, houve interação com os idosos, questionando sobre quantos consumiam determinados tipos de alimentos e mostrando, logo em seguida, os níveis de açúcar e sal que o organismo absorvia. A explanação desse tema a partir dos cartazes, permitiu a melhor visualização da quantidade de açúcar e sal que os idosos estavam ingerindo durante as suas refeições, tornando a discussão mais real.

Ainda, foi proposta a montagem de uma mesa de alimentos, contendo alimentos considerados saudáveis e alimentos não saudáveis, para que os próprios idosos os classificassem de acordo com o que eles acreditavam (Fig. 9). Dessa forma, foi permitida uma maior interação dos idosos e o exercício prático, de forma lúdica, da classificação dos alimentos que eles devem realizar no dia a dia.



Figuras 8 e 9. Atuação acerca da temática Alimentação Saudável

Para trabalhar a temática memória e participação social, inicialmente abriu-se um momento para discussão acerca da perda de memória na terceira idade, compartilhando dúvidas, vivências e medos acerca do tema. Relatos como “o esquecimento é sempre um sinal

de que algo ruim está acontecendo em nosso cérebro, em nossa mente”, serviram para discutir acerca de mitos existentes sobre a perda de memória em idosos, sendo explanado que o esquecimento é um mecanismo fisiológico que acontece normalmente com qualquer pessoa, exceto quando repetido diariamente e relacionado a coisas importantes para nós, e a importância de realizar atividades que exercitem a mente.

Assim, foram pensadas em atividades que os idosos poderiam realizar durante a rotina que os ajudassem a manter a mente ativa e saudável, como leitura, costura, pintura, caça-palavras, palavras cruzadas e outros. Seguindo as discussões realizadas, foram realizadas dinâmicas para o exercício da mente, como o “Jogo dos 7 erros” e “Jogo da memória”, confeccionados pelos extensionistas com o grau de dificuldade condizente com o objetivo (Fig. 10 e Fig. 11).



Figuras 10 e 11. Realização das dinâmicas “Jogo dos 7 Erros” e “Jogo da Memória”

Além disso, tendo em vista a falta da assistência em saúde bucal nas UBSFs, a realização de atividades relacionadas ao autocuidado em saúde bucal e autoexame para o reconhecimento de lesões potencialmente malignas na cavidade bucal. Desse modo, foram realizadas orientações quanto a higiene de próteses dentárias e acondicionamento das mesmas, conversa quanto a higiene da cavidade bucal, escovações supervisionadas e quanto ao autoexame para o reconhecimento de lesões potencialmente malignas na cavidade bucal, tanto na sala de espera das UBSFs quanto em visitas domiciliares junto com o Agente Comunitário da Saúde (ACS) (Fig. 12 e Fig. 13).



Figuras 12 e 13 . Orientação de higiene bucal e das próteses e Escovação Supervisionada

Ao observar a frequência de queixas em relação a próteses dentárias mal adaptadas e o hábito de tabagismo presente, observou-se a importância de realizar uma parceria com o projeto de extensão Liga Interdisciplinar de Combate ao Câncer Oral (LINCCO) da UEPB, promovendo um momento de realização de exames intraorais em busca de lesões na cavidade oral (Fig. 14 e Fig. 15). Identificando tal lesão, o idoso foi encaminhado para a clínica escola de odontologia da UEPB para o diagnóstico definitivo da lesão.



Figuras 14 e 15 . Atuação em parceria com a Liga Interdisciplinar de Combate ao Câncer Oral (LINCCO)

Além da abordagem do câncer bucal, também procurou-se trabalhar a temática do câncer de mama e câncer de próstata, tendo em vista a prevalência dessas doenças nos idosos. Para isso, foram propostas várias dinâmicas interativas, com o auxílio de cartazes e uma caixinha contendo mitos e verdades sobre os cânceres em questão (Fig. 16 e Fig. 17). De início, foi abordado como reconhecer o estágio inicial de cada câncer e como realizar o autoexame em casa. Ainda, com a explanação dos mitos e verdades, objetivou-se trazer informações aos usuários sobre os cuidados a serem realizados para a detecção precoce do

câncer, a necessidade da procura de cuidados médicos em caso da presença de alguns sintomas e as formas de prevenção através de exercícios físicos, boa alimentação e outros cuidados com a saúde.



Figuras 16 e 17 . Atuação acerca das temáticas Câncer de Mama e Câncer de Próstata

Ao longo das ações, observou-se a necessidade de discutir sobre os temas “envelhecimento, limites e possibilidades” e “alterações osteoarticulares”, discutindo sobre o que é o envelhecimento e as limitações que traz para o indivíduo, mas enfatizando as possibilidades existentes para a qualidade de vida do idoso. Assim, buscou-se trocar informações sobre as causas das alterações osteoarticulares, as consequências e tratamento, além de enfatizar a importância de todo um conjunto de condições preventivas, permitindo a retomada das temáticas sobre atividade física, alimentação saudável e exercícios cognitivos.

Dessa forma, realizou-se um debate com a participação dos idosos, permitindo que os mesmos contassem suas experiências com o envelhecimento. Ao fim da roda de conversa, os extensionistas realizaram a dinâmica da árvore, em que uma árvore de papel deveria ser preenchida com frutos “podres” e “bons” (Fig. 18 e Fig. 19). Assim, cada idoso recebia um círculo de papel vermelho, representando o fruto bom, e um círculo preto, representando o fruto podre. Foi proposto que, cada idoso escolhesse uma palavra positiva para escrever no fruto bom e uma palavra negativa para escrever no fruto podre, representando aspectos do envelhecimento. Cada fruto era lido e colado na árvore, discutindo-se sobre os limites e benefícios do envelhecimento humano, gerando uma nova reflexão acerca da terceira idade.



Figuras 18 e 19. Realização da dinâmica “Árvore da Vida”

Atendendo os pedidos dos usuários das UBSFs o último tema do ano de 2017 ficou à escolha de cada grupo. Na UBSF Conceição os usuários pediram que fosse abordado o tema Alzheimer e Parkinson, enquanto na UBSF Bonald Filho, o tema escolhido foi final de ano com abordagem de temas envolvendo a vida para a realização de discussões.

Na UBSF Conceição foi desenvolvida a dinâmica de mitos e verdades acerca das doenças crônico-degenerativas mal de alzheimer e síndrome parkinson. O objetivo do encontro era informar aos idosos as maneiras de prevenir o surgimento de tais doenças e mostrar como identificar os primeiros sinais dessas duas doenças, permitindo a procura de assistência médica precocemente. Enfatizou-se que são doenças que ainda não têm cura, mas que, com o auxílio do diagnóstico precoce, das medicações e atividades interativas, as chances de retardar os danos são bem maiores do que quando se negligencia os sinais.

Na UBSF Bonald Filho, foi desenvolvida a dinâmica “espelho simples”, em que formavam-se duplas e cada um repetia os movimentos da sua dupla de forma sincronizada, tendo como principal função estimular o cognitivo dos idosos. Também, foi montada uma árvore natal feita com “palavras-chave”, em que cada palavra representaria como foi o ano para os idosos, explicando o que aquela palavra significa (Fig. 20 e Fig. 21).



Figuras 20 e 21. Dinâmica “Espelho Simples” e Árvore de Natal

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notória a importância de cada ação do Projeto de Extensão Ativa Idade – Envelhecimento Saudável na Comunidade para a comunidade idosa, contribuindo para a troca de conhecimento sobre a saúde sistêmica e um aprofundamento sobre os cuidados em saúde bucal, além de trabalhar temas relacionados à prevenção de agravos em saúde. Mais do que um momento de troca de saberes, há humanização e criação de vínculos afetivos, dando àqueles o que muitas vezes lhes falta em seu cotidiano: atenção e cuidado. Com a reciprocidade entre extensionistas e o público-alvo (idosos), os objetivos esperados estão sendo alcançados e superados ao permitir o empoderamento de cada um sobre a sua saúde.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, T. D. Atividade física e postural. In: Assis, M. Promoção da saúde e envelhecimento: orientações para o desenvolvimento de ações educativas com idosos. Rio de Janeiro CRDE UnATI UERJ, 2002.

BATAGLION, G. A.; MARINHO, A. O lúdico em contexto de saúde: inter-relações com as práticas humanizadas. **Motrivivência**. Florianópolis, v. 31, n. 57, p. 01-19, jan./mar. 2019.

BISCARDE, D. G. D. S.; PEREIRA-SANTOS, M.; SILVA, L. B. Formação em saúde, extensão universitária e Sistema Único de Saúde (SUS): conexões necessárias entre conhecimento e intervenção centradas na realidade e repercussões no processo formativo. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 18, n. 48, p. 177-186, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Humanização (PNH)**: documento base para gestores e trabalhadores do SUS. 4.ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

CORSINO, D. L. M.; SEI, M. B. A Humanização nas grades curriculares de cursos da saúde de universidades públicas paranaenses. **Rev. Psicol. Saúde**, Campo Grande, v. 11, n. 1, p. 43-52, abr. 2019.

DE DEUS, L. D. F. A. et al. Impacto de um projeto de extensão universitária na formação profissional de egressos de uma universidade pública. **Rev Odontol UNESP**, v. 41, n. 6, p. 348-352, 2012.

PADOIN, P. G. et al. Análise comparativa entre idosos praticantes de exercício físico e sedentários quanto ao risco de quedas. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 158-164, 2010.

PINHO, M. X.; CUSTODIO, O.; MAKDISSE, M. Incidência de depressão e fatores associados em idosos residentes na comunidade: revisão de literatura. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 123-140, Apr. 2009.