

PROGRAMA DE ESTIMULAÇÃO SENSORIAL PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Juliana Gonçalves Ribeiro¹;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Rayene Jacinto de Freitas²;

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Rio de Janeiro.

Moema Guimarães Motta³;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Elizabeth Falcão Clarkson⁴;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Célia Sequeiros da Silva⁵;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Lohayne de Araújo Martinusso⁶;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Vanessa Brenda de Sousa⁷;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Fernando Silva Fagundes⁸;

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

Rafaella Leal Neves de Abreu⁹.

Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói, Rio de Janeiro.

RESUMO: Este trabalho tem como objetivo principal aplicar e avaliar um programa de intervenção multissensorial, segundo as propostas das técnicas de Snoezelen, em um Centro de Convivência para idosos da cidade de Niterói-RJ. Após avaliação sensorial-cognitiva inicial dos idosos, a equipe realizou uma sequência de oficinas multissensoriais oferecidas aos participantes, baseadas nessa técnica e nas orientações propostas por Jakob & Colier (2014). Além de registros das atividades em um diário de campo para ser utilizado na construção de categorias de análises construídas no percurso do trabalho desenvolvido. Após a sequência prevista para realização das oficinas sensoriais, iniciamos uma nova avaliação individual sensório-cognitiva dos idosos, ainda em andamento, para ser analisada e servir de subsídios para debate com os participantes, familiares e funcionários da instituição parceira sobre a gerontotecnologia utilizada e a saúde do idoso.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do Idoso. Qualidade de Vida. Gerontotecnologia.

SENSORY STIMULATION PROGRAM FOR THE ELDERLY: AN EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT: The main objective of this study is to implement and evaluate a multisensory intervention program based on the Snoezelen techniques proposed in a Community Center

for the Elderly in the city of Niterói. After an initial sensory-cognitive assessment of the elderly, the team conducted a series of multisensory workshops based on the Snoezelen techniques and the guidelines proposed by Jakob & Colier (2014). These workshops were combined with activity records in a field diary to be used in the construction of analytical categories developed throughout the work. After completing the sequence of sensory workshops, we began a new individual sensory-cognitive assessment of the elderly. The records collected throughout the activity, still ongoing, will be analyzed later and will serve as a basis for discussion with participants, family members, and staff at the partner institution about the gerontechnology used. Thus, we hope to contribute to comprehensive health care for the elderly.

KEYWORDS: Elderly Health. Quality of Life. Gerontotechnology.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento costuma ser acompanhado de alterações na capacidade sensorial do indivíduo, na visão, audição, paladar, propriocepção e olfato, além de estar frequentemente associado a um aumento de condições que envolvem privação sensorial, impactando negativamente a qualidade de vida da população idosa. Também no sistema somatossensorial, o sistema háptico e praxia. Essas alterações podem ser consequência natural do processo do envelhecimento, chamado senescência, ou podem ser adquiridas, por exemplo, após um Acidente Vascular Cerebral (AVC), algum trauma ou outros processos patológicos que caracterizam a senilidade. Nesse contexto, as estimulações multissensoriais e cognitivas surgem como uma estratégia eficaz para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas (Motta & Fileme, 2021; Machado, 2018; Martins, 2015). A plasticidade neurológica e o debate sobre o envelhecimento cerebral têm ganhado novas perspectivas. Diferentes estudos apontam que a senescência não afeta a cognição, sendo o cérebro capaz de se remodelar e fazer novas conexões, não só na reabilitação das lesões cerebrais, mas, continuamente a fim de reagir adequadamente aos diferentes estímulos da vida diária (Simões Neto et al, 2019).

Interessados em estimular competências cognitivas e sensoriais para as pessoas idosas frequentadoras da Casa Convívio dos Anawin, decidimos verificar o impacto das oficinas de estimulação sensorial, inspiradas na proposta das técnicas de Snoezelen. Terapia iniciada na Holanda na década de 1970, originou a palavra holandesa SNOEZELLEN, derivada dos verbos Snuffelen (procurar ou explorar) e Doezen (relaxar). (Deganil; Chariglione, 2019). A partir de uma sala multissensorial construída com diferentes materiais como instrumentos musicais, objetos táteis, perfumados, tintas, jogo de luz, proporciona a redução do nível de ansiedade e tensão proporcionando conforto aos pacientes. A terapia de Snoezelen pretende oferecer a quantidade e qualidade de estímulos que busque um equilíbrio modulado e permita uma resposta adequada às suas capacidades a fim de melhorar o desempenho, fomentar a neuroplasticidade e a consequente integração ao espaço de convívio social do idoso (Martins, 2015).

OBJETIVO

O principal objetivo é aplicar e avaliar um programa de intervenção multissensorial, segundo as propostas das técnicas de Snoezelen, para as pessoas idosas frequentadoras da Casa Convívio dos Anawin. Como objetivos secundários pretendemos colaborar de forma dialógica com os funcionários, familiares e os idosos participantes da ação; combater o preconceito em relação à idade; promover autonomia e independência e garantir cuidados de saúde integrados e acessíveis. Cabe ainda oportunizar acesso de discentes das diferentes graduações interessados em atuar com idosos e demonstrar a importância do investimento nas gerontotecnologias como auxiliares na promoção da melhor qualidade de vida da pessoa idosa.

DESENVOLVIMENTO COM FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Diante da atual mudança no cenário demográfico brasileiro, marcado pelo progressivo crescimento da população idosa, torna-se urgente o debate e investimentos em políticas públicas voltadas para o envelhecer e a qualidade de vida da pessoa idosa. Segundo dados do IBGE (2019), a expectativa de vida do brasileiro em 1940 era de 45 anos. Já uma criança nascida em 2018 deverá viver cerca de 30 anos a mais e atingir 76 anos ou mais. Nesse sentido, é imprescindível o investimento na criação de tecnologias sociais e novas formas de intervenção para que a população desfrute de um envelhecimento com autonomia e dignidade. Em documento da Organização Mundial da Saúde (OMS) de 2005 destacava a importância do envelhecimento ativo reconhecido como um dos direitos humanos das pessoas mais velhas e nos princípios de independência, participação, dignidade, assistência e auto-realização. A velhice, assim como a infância e a juventude, são etapas da vida e a idade cronológica apenas, não é capaz de refletir a heterogeneidade das condições de vida dos diferentes indivíduos. E como em todas as etapas da vida, é necessário o investimento na atenção integral que abranja as necessidades concernentes às mesmas. Mais do que a faixa etária e o número de doenças crônicas, a saúde do idoso relaciona-se com a capacidade individual de satisfazer suas necessidades biopsicossociais (Barros & Goldbaum, 2018). Diante do envelhecimento crescente da população, importa ressignificar a velhice e seu lugar na sociedade. O receio do processo de envelhecimento ser acompanhado de disfunções cerebrais, típicas da senilidade, que possam afetar a memória e a perda da autonomia dos indivíduos é queixa recorrente no campo da gerontologia. Estudos recentes fazem referência à importância da Reserva Cognitiva (RC) e a Abertura para novas Experiências (AE) para redução do declínio cognitivo em idosos. Destacam que a RC continua a evoluir ao longo da vida, mesmo em idosos (Sobral, 2015). E, enfatizam como os hábitos saudáveis, determinados aspectos da personalidade e o interesse na convivência com amigos e familiares influenciam a cognição (Tavares et al, 2019). Sem ignorar os fatores relacionados à herança genética, os autores concordam que as diferentes formas das pessoas elaborarem e enfrentarem os desafios diários permite que algumas reajam melhor com patologias cerebrais do que outras (Sobral, 2015; Tavares et al, 2019).

O ambiente multissensorial estimula os sentidos, a interação entre diferentes fases de idade, recorrendo apenas às capacidades sensoriais dos indivíduos e assim, estimula a plasticidade neural. (Martins, 2015). A neuroplasticidade destaca-se pela capacidade do cérebro de se reorganizar e formar novas conexões neurais, sendo um recurso valioso para a atenção integral à saúde da pessoa idosa, comprovado por diferentes estudos. A terapia de Snoezelen pretende oferecer a quantidade e qualidade de estímulos que busque um equilíbrio modulado e permita uma resposta adequada às suas capacidades a fim de melhorar o desempenho e a consequente integração ao espaço de convívio social do idoso (Martins, 2015).

A ação atende totalmente a prerrogativas da ação extensionista pois desenvolve uma ação multiprofissional contando com médico, Terapeuta Ocupacional e discentes de diferentes graduações interessados na saúde do idoso. Embora o envelhecimento populacional não esteja explicitamente citado entre os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) proposto pela Organização das Nações Unidas (ONU), o tema está relacionado a alguns dos objetivos como saúde e qualidade de vida (ODS3). Também contribui para a “Década do Envelhecimento Saudável” (2021-2030), uma iniciativa global da ONU, liderada pela OMS, que visa, olhar a vida das pessoas à medida que envelhecem. O diretor-geral da OMS declarou a necessidade de não apenas adicionar anos à vida, mas também melhorar a qualidade de vida a estes anos” (ONU, 2020). Transformar a forma como pensamos e agimos em relação à idade e ao envelhecimento, promovendo uma visão positiva e inclusiva. Com objetivo de reduzir desigualdades, promover a saúde e bem-estar e garantir cidades e comunidades sustentáveis.

METODOLOGIA

O campo de ação escolhido foi a Casa Convívio dos Anawin, uma instituição filantrópica, situada em Niterói, que oferece espaço de convivência e atividades diversas para um público de trinta idosos. O projeto foi aprovado pelo CEP/HUAP-CAAE: 70139723.000005243 e iniciado em fevereiro de 2024. A ação iniciou com o convite da equipe extensionista para os idosos participarem do estudo. Também um encontro com funcionários e familiares e/ou responsáveis pelos convivas. Obtidas as autorizações, realizamos uma avaliação individual das condições de autonomia e funcionalidade dos participantes a partir do Mini Exame do Estado Mental (MEEM); além da avaliação do perfil de independência funcional no autocuidado, mobilidade, locomoção e eliminação através Índice de Barthes e da Escala de Perfil Sensorial (EPS, Martins, 2015; versão para investigação de Carvalho, A. Martins, R. Barbosa & S. Vicente, 2023). Na fase sequencial, oferecemos oficinas semanais de estimulação sensorial durante quatro meses. Realizadas no andar térreo da instituição adaptada pela equipe a cada dia, segundo objetivo da oficina sensorial proposta para aquela data e duração aproximada de 40 minutos. Cada oficina realizada gerou um registro no Diário de Campo, além do registro audiovisual, para somar na análise do estudo. Em julho de 2025 começamos nova avaliação individual do perfil sensorial e cognitivo dos

participantes, com registro dos dados coletados na tabela do programa EXCEL 2019 para análise quantitativa futura. A análise qualitativa será construída a partir da categorização dos registros das oficinas realizadas, segundo análise de conteúdo proposta por Bardin. A equipe pretende realizar uma devolutiva para os funcionários e voluntários da Casa Convívio dos Anawin, familiares dos convivas e idosos participantes do estudo. Momento em que pretendemos registrar as opiniões dos mesmos sobre a ação realizada e divulgar os resultados encontrados para contribuir com o campo da saúde do idoso.

RESULTADOS COM DISCUSSÃO

A análise do cadastro social dos trinta participantes iniciais confirmou um público majoritariamente feminino e longo vivo pois, 70% dos participantes contavam mais de 80 anos de idade. Durante os três meses iniciais dedicados à avaliação cognitiva, sensorial e de funcionalidade registramos o falecimento de 2 participantes e a saída de outros 3 idosos.

O Mini Exame do Estado Mental (MEEM) tem pontuação total de 30 pontos. Porém, sua interpretação sofre influência da escolaridade da pessoa avaliada. Considera-se pontuação suspeita de déficit cognitivo, abaixo de 24 naqueles com 7 anos de escolaridade. Abaixo de 23, se idoso com até 3 anos de estudo e 19 no caso dos analfabetos. O total de exames realizados inicialmente somou 21 idosos composto por maioria de pessoas com baixa escolaridade e nosso público apresentou resultado sugestivo de perdas cognitivas importantes. A interpretação do Índice de Barthel considera cinco faixas de pontuação. Aqueles com 100 pontos são considerados totalmente independentes. Entre 99 e 76 pontos, dependência leve; 75 a 51 pontos têm dependência moderada, 50 a 26 pontos, dependência severa e abaixo de 25 pontos dependência total. Portanto, nosso público-alvo variou entre idosos com dependência moderada à totalmente independente.

Em julho de 2025, retomamos os rastreamentos realizados em 2024, ainda em andamento. Entretanto, alguns obstáculos têm dificultado a ação. Visto a chegada de novos frequentadores na instituição e a saída de outros. Assim, contamos o total de 16 participantes remanescentes e cerca de 10 novos idosos que, por estarem presentes na Casa, são incluídos nas atividades propostas.

Tem sido crescente o engajamento dos idosos e funcionários com o desenvolvimento da ação. Nas estimulações sensitivas, registramos lembranças de fatos associados a exibição de filmes, na audição de músicas e odores familiares. A execução da motricidade exibição detecção de um painel afixado na entrada da Casa Convívio fruto de construção coletiva e criativa com independência para execução e auxílio se necessário. Atividades interativas acompanhadas de sorrisos, conversas animadas, e alegria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Iniciei esse projeto como voluntária no segundo semestre de 2024 com a intenção de ampliar meus conhecimentos técnicos na promoção do cuidado à pessoa idosa. A aprovação para receber a bolsa da extensão permitiu maior dedicação ao projeto. Também identificar

facilidades e dificuldades na prática desenvolvida respeitando a dinâmica da instituição. O projeto multissensorial provoca os sentidos, as memórias, abre a porta de entrada para os sentimentos positivos. Enquanto um conviva sorri com a percepção de um objeto de pano, que lembra sua história, outro comemora a colagem do mural, em conjunto, da nossa oficina sensorial. Nos encontros às sextas na Casa de Convívio eu me via, muitas vezes, com os olhos cheios de lágrimas, feliz de poder contribuir um pouco para o bem-estar daqueles que ali estavam. Um mix de emoção que muitas vezes provocaram lembranças dos meus falecidos avós e um novo olhar sobre o envelhecer. A experiência tem se mostrado fundamental para meu crescimento pessoal e profissional, unindo teoria acadêmica e vivência prática no cuidado com a população idosa. O enriquecimento profissional, com a vivência prática na Casa Convívio, é de extrema importância na valorização integral do ensino-pesquisa-extensão em uma década tão importante como a Década de Envelhecimento Saudável. Apesar de estar ainda no início da formação médica, tenho certeza de que a pessoa idosa sempre terá uma abordagem diferenciada na minha futura prática profissional.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo* São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p
- BARROS, M. B. DE A.; GOLDBAUM, M. Challenges of aging in the context of social inequalities. *Revista de Saude Publica*, v. 52, p. 9–11, 2018. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/153928>. Acesso em: 10 abril. 2023
- DEGANI, M., & CHARIGLIONE, I. P. F. S. (2019). Uma proposta da abordagem Snoezelen em estimulação multissensorial no contexto da Gerontologia – um ensaio reflexivo. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(2), 175–196. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i2p175-196>
- JAKOB, Anke & COLLIER, Lesley (2014) *How to make a sensory room for people living with dementia: a guide book*. (Manual) Kingston upon Thames, U.K. : Kingston University. 70 p. Official URL: <http://www.kingston.ac.uk/sensoryroom>
- MARTINS Maria Amélia Nabais. *Utilidade Instantânea e Recordada da Abordagem Snoezelen em Idosos Institucionalizados e Modelos Cognitivos de Eficácia em Cuidadores*. Coimbra: 2015. 296pp.
- MONTOYA, Carolina Guedes de Brito. *Sobrecarga em cuidadores de idosos: proposição de tecnologia educacional*. Niterói: [s.n.], 2017. 73f. Dissertação (Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial) – Universidade Federal Fluminense, 2017.
- MOTTA, Moema Guimarães ;FILEME, Beatriz. *Oficina de memória sensorial com idosos: relato de experiência*; v. 1 n. 2 (2020): *EntreAções: diálogos em extensão* p. 107-118, 3 fev. 2021.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Assembleia Geral da ONU declara 2021–2030 como Década do Envelhecimento Saudável. ONU Brasil, 14 dez. 2020. Disponível em <https://brasil.un.org/pt-br/105264-assembleia-geral-da-onu-declara-2021-2030-como-d%C3%A9cada-do-envelhecimento-saud%C3%A1vel>. Acesso em: 22 ago. 2025.

SIMÕES NETO, José de Caldas et al. Processos de plasticidade na aprendizagem do cérebro humano e sua relação com atividade física. *MotriSaúde*, v. 1, n. 1, p. 1-15, 2019. Disponível em: http://revista.fundacaojau.edu.br:8078/journal/index.php/revista_motrisaude/article/view/51. Acesso em: 26 abr. 2023.

SOBRAL, M.; PAÚL, C. Reserva Cognitiva, envelhecimento e demências. *Rev. E-Psi*, v. 5, n. 1, p. 113–134, 2015. Disponível em <https://artigos.revistaepsi.com/2015/Ano5-Volume1-Artigo6.pdf>. Acessado em 04 de março de 2023.

TAVARES, J. J. C.; VENTURA, J. R.; FERNÁNDEZ-CALVO, B. Reserva Cognitiva e Abertura à Experiência em idosos sem demência: um estudo correlacional. *Revista Kairós: Gerontologia*, v. 22, n. 4, p. 77–97, 2019. Disponível em: <https://ken.pucsp.br/kairos/article/view/47596>. Acesso em: 09 abr. 2023.