

### PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA ATRAVÉS DO PROJETO DE EXTENSÃO “CUCA LEGAL” NA REGIÃO AMAZÔNICA

**Helton Camilo Teixeira<sup>1</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<https://lattes.cnpq.br/4065026205209333>

**Nádyla Marina França Souto<sup>2</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/8118137865355106>

**Raiana Almeida de Souza<sup>3</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/3362164678661333>

**Fernanda Pereira Rodrigues<sup>4</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/0496167204601242>

**Wellen Bezerra de Sousa<sup>5</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/7809264440643179>

**Lueide Rodrigues dos Santos<sup>6</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/5462546914237206>

**Daniele Pontes de Almeida Carvalho<sup>7</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/0337440029058285>

**Emele Caroline Rodrigues Pinto<sup>8</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/7025656921922815>

**Maique Patrik de Souza Molina<sup>9</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/5760936957215061>

**Juliana Araújo Guedes de Lima<sup>10</sup>;**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/0853406391484308>

**Marlei Novaes de Sousa<sup>11</sup>.**

Centro de Ensino São Lucas, Porto Velho/RO.

<http://lattes.cnpq.br/6641417402000690>

**RESUMO:** Nos últimos anos vivemos uma mudança e transição epidemiológica no que diz respeito à saúde mental da população idosa, visto que o envelhecimento traz consigo mudanças e modificações significativas nessa fase da vida, impactando diretamente suas relações pessoais, familiares e sociais, contribuindo então para o surgimento de um transtorno mental. Diante disso ações de promoção à saúde mental são essenciais e devem ser articuladas com serviços e instituições que garantam o direito da pessoa idosa como o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) Paulo Freire, visto que tal serviço permite o acolhimento de pessoas em vulnerabilidade e risco social, como é o caso da população idosa. É notório que mesmo após movimentos importantes como a luta antimanicomial e a reforma psiquiátrica ainda vivenciamos situações relacionadas ao estigma e preconceito no que tange a saúde mental. Esse trabalho tem como por objetivo descrever a experiência vivenciada pelos membros do Projeto Cuca Legal a respeito da promoção da saúde mental com a população idosa no período de 2014 até 2023 no Município de Porto Velho/RO. As atividades desenvolvidas permitiram aos membros o desenvolvimento de competências, habilidades e atitudes frente ao desenvolvimento das atividades de promoção a saúde mental através do grupo terapêutico com as pessoas idosas nesse período, além de favorecer o acolhimento, escuta terapêutica, fortalecimento dos laços sociais e comunitários, bem como sermos uma rede de apoio importante para o cuidado e autocuidado com à saúde mental dos idosos acompanhados pela equipe do CRAS Paulo Freire. Observa-se ainda que ao longo dos anos o projeto de extensão cuca legal ganhou visibilidade a nível local e estadual, contribuindo significativamente com a rede de atenção psicossocial (RAPS), entretanto precisamos avançar ainda mais no fortalecimento de ações relacionados à saúde mental da pessoa idosa principalmente na região amazônicas, respeitando seus aspectos transculturais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos. Promoção em Saúde. Extensão comunitária.

## PROMOTION OF MENTAL HEALTH OF ELDERLY PEOPLE THROUGH THE “CUCA LEGAL” EXTENSION PROJECT IN THE AMAZON REGION

**ABSTRACT:** In recent years we have experienced an epidemiological change and transition with regard to the mental health of the elderly population, as aging brings with it significant changes and modifications at this stage of life, directly impacting their personal, family and social relationships, thus contributing to the emergence of a mental disorder. In view of this, actions to promote mental health are essential and must be coordinated with services and institutions that guarantee the rights of elderly people, such as the Paulo Freire Social Assistance Reference Center (CRAS), since such a service allows the reception of vulnerable people and social risk, as is the case of the elderly population. It is clear that even after important movements such as the anti-asylum struggle and psychiatric reform, we still experience situations related to esteem and prejudice regarding mental health. This work aims to describe the experience lived by members of the Cuca Legal Project regarding the promotion of mental health with the elderly population from 2014 to 2023 in the Municipality of Porto Velho/RO. The activities developed allowed members to develop skills, abilities and attitudes towards the development of activities to promote mental health through the therapeutic group with elderly people during this period, in addition to favoring welcoming, therapeutic listening, strengthening social and community ties, as well as being an important support network for the care and self-care of the mental health of elderly people accompanied by the CRAS Paulo Freire team. It can also be observed that over the years the Cuca Legal extension project has gained visibility at local and state level, contributing significantly to the psychosocial care network (RAPS), however we need to advance further in strengthening actions related to people's mental health elderly woman mainly in the Amazon region, respecting their cross-cultural aspects.

**KEY-WORDS:** Elderly. Health Promotion. Community Extension.

### INTRODUÇÃO

No Brasil, nos meados do século XIX até o século XX, os problemas relacionados à saúde mental vinham sendo tratada no interior de hospitais psiquiátricos e manicômios, onde as pessoas diagnosticadas como “loucas” eram internadas, sendo submetidas a tratamento torturantes e ficavam presas nessas instituições, longe do convívio familiar e social (Teodoro, 2010).

Durante esse processo de internação manicomial diversas pessoas sejam crianças, adolescentes, mulheres, idosos, dentre outros cujo perturbasse ou fosse um fardo para sua família ou sociedade eram encaminhadas para esses serviços sem direito a vida, a liberdade e principalmente a sua expressão.

Diante disso, a partir da inquietação de profissionais da saúde, familiares e usuários, inicia-se um processo de reorganização e redirecionamento dos cuidados relacionados à saúde mental oriundos dos movimentos da Luta Antimanicomial e da Reforma Psiquiátrica, o que culminou na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde Mental, tendo como modelo de tratamento pautado nas necessidades do usuário, além da reinserção familiar, social e ocupacional, valorizando então o sujeito em sofrimento mental (Brasil, 2005).

Nesse contexto, esse processo deve alcançar todos os indivíduos nos seus diversos ciclos de vida, visto que todos possuem fatores de risco e grau de vulnerabilidade emocional para o surgimento de um transtorno mental comum, em especial e particular a população idosa em virtude das diversas modificações que podem surgir nesse momento da sua vida.

Para Souza, Almeida, Teixeira (2020), o envelhecimento é um processo natural, progressivo e irreversível, acarreta modificações de caráter fisiológico, psicológico, emocionais e sociais.

Neste momento o idoso estará suscetível e vulnerável a situações de sofrimento mental, sentimentos de desesperança, desamparo, desespero e depressão, levando-o a pensar, planejar e, tentar ou cometer suicídio, sendo então necessário o desenvolvimento de ações de promoção à saúde mental e prevenção do suicídio.

Em consonância com isso, ações relacionadas a promoção da saúde mental são essenciais para desmistificação do preconceito e estigmas que envolvem o sofrimento mental da população idosa a nível local, regional e nacional.

Levando em consideração o exposto, bem como a realidade que vivíamos no ano de 2014 surge então o Projeto de Extensão em Saúde Mental intitulado “Cuca Legal” vinculado ao curso de graduação em enfermagem e apoiado pela Pró-Reitoria de pesquisa e extensão do Centro Universitário São Lucas localizado em uma capital na Região Amazônica.

Tal projeto nasce a partir das vivências, discussão e reflexão nas aulas teóricas e práticas ministradas na disciplina de Enfermagem em Saúde Mental por um grupo de quatro alunos que na época se indagaram, abraçaram a causa e começaram a articular e escrever um projeto de extensão extraclasse relacionado à saúde mental.

Com isso, a idealização do projeto permitiu o fortalecimento e desenvolvimento de competências e habilidades do acadêmico de enfermagem dentro da área, visto que na época existia muito estigma e medo de desenvolver atividades de promoção da saúde mental, além de contribuir enquanto projeto de extensão com a rede de atenção Psicossocial (RAPS) no Município de Porto Velho/RO.

Partindo desse pressuposto, a atividade de extensão pode ser definida como um processo educativo interdisciplinar que visa a articulação da universidade por meio de atividades de debates, as trocas de conhecimentos, experiências e dentre outros, desde que essas atividades promovam a interação entre a universidade e a comunidade em que esta está inserida, garantindo a articulação e comunicação entre ambas, sempre levando

consigo a difusão do conhecimento científico (Rosa, Zimmer, 2012).

De acordo com Sá, Monici e Conceição (2022, p.2):

A extensão universitária é uma ferramenta que constrói relação entre a universidade e os diversos setores da sociedade. É instituída como objetivo de inserir o acadêmico para além da sala de aula, aliando teoria e prática direcionadas à coletividade, com o fim de se obter resultados positivos e contributivos para ambas as partes, fazendo um comparativo da realidade e abrindo outros espaços, transformando através da informação e produção de conhecimento. As experiências vivenciadas contribuem para a associação e/ou assimilação dos conteúdos, entendendo-se essa contribuição relacionada à formação acadêmica.

Floriano *et al.* (2017), afirma que as atividades extensionistas sejam de suma importância para contribuir no desenvolvimento acadêmico e profissional do cidadão, sendo então a universidade, um ambiente social, de transformação e formação profissional que necessitam ir além da sua grade curricular, possibilitando aos alunos no processo de desenvolvimento e formação profissional, na ideia de gerar cidadãos que sejam críticos e capacitados.

Em consonância com os princípios da extensão, a promoção da saúde desenvolvidas pelos membros do projeto de extensão cuja legal desde setembro de 2014, são ações educativas realizadas no contexto territorial e transcultural na região amazônica, na qual os acadêmicos das áreas da saúde, seja de enfermagem, medicina ou psicologia possam incorporar e aprimorar competências no que tange o cuidado interdisciplinar em saúde mental a partir da prática diária em conjunto e articulado com os serviços de saúde, educacional ou profissional.

Isso se dá em virtude da demanda de atividades de promoção da saúde mental no Município de Porto Velho/RO, que são desenvolvidas de maneira presencial ou remota, como aconteceu durante a pandemia do COVID-19, esse fato fez com que o membro do projeto atrelasse as ferramentas tecnologias e redes sociais como a página do projeto intitulado @cucalegal.unisl nesses últimos quatro anos para maior visibilidade e propagação de informações a respeito da saúde mental, considerando ainda a subjetividade e singularidade do usuário e da comunidade.

De acordo com Brasil (2013), as intervenções em saúde mental devem promover novas possibilidades de modificar e qualificar as condições e modos de vida, orientando-se pela produção de vida e de saúde e não se restringindo à cura de doenças. Isso significa acreditar que a vida pode ter várias formas de ser percebida, experimentada e vivida, sendo necessário olhar o sujeito em suas múltiplas dimensões, com seus desejos, anseios, valores e escolhas.

Dentro dessa perspectiva, os membros do projeto desenvolvem atividades de promoção da saúde utilizando recursos tecnológicos leves por meio das técnicas de comunicação terapêutica, relação terapêutica e atividades em grupo com a pessoa idosa no Centro de Assistência Social (CRAS) Paulo freire.

Nesse sentido, pensar atividades voltadas a promoção de saúde mental com a população idosa, cujo envelhecimento seja uma fase natural de vida do ser humano, é refletir sobre todas as necessidades essenciais para um envelhecimento sem tabus e esquecimento.

De acordo, com Santos et al. (2018), os idosos configuram-se como pessoas com capacidades de continuar aprendendo e desenvolvendo aptidões cognitivas, sendo produtivas e transmissoras de conhecimentos.

Diante do exposto, o presente estudo tem por objetivo descrever a experiência vivenciada pelos membros do Projeto Cuca Legal a respeito da promoção da saúde mental com a população idosa no período de 2014 até 2023 no Município de Porto Velho/RO.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência a respeito das atividades de promoção de saúde mental com um grupo de pessoas idosas nos anos de 2014 até 2023 vivenciado pelo professor fundador e coordenador, juntamente com ex-membros e atuais membros do projeto de extensão em saúde mental intitulado “Cuca Legal”.

Sobre a perspectiva metodológica, o relato de experiência é uma forma de narrativa, de modo que o autor quando narra através da escrita está expressando um acontecimento vivido, sendo então, o relato de experiência um conhecimento que se transmite com aporte científico, tendo ainda o texto produzido na primeira pessoa de forma subjetiva e com detalhes (Grollmus, Tarrés, 2015).

O relato de experiência pode ser visto como um tipo de produção de conhecimento, cujo texto trata de uma vivência acadêmica e/ou profissional em um dos pilares da formação universitária (ensino, pesquisa e extensão), cuja característica principal é a descrição da intervenção, sendo relevante o embasamento científico e reflexão crítica na construção do estudo (Mussi, Flores e Almeida, 2021).

Para o desenvolvimento das atividades de promoção à saúde mental nos últimos anos, necessitou da articulação e parceria com a equipe técnica do período vespertino do CRAS Paulo freire localizado na Zona Leste do Município de Porto Velho/RO. Segundo Brasil (2009, p.9):

“O Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) é uma unidade pública estatal descentralizada da política de assistência social, responsável pela organização e oferta de serviços da proteção social básica do Sistema Único de Assistência Social (SUAS) nas áreas de vulnerabilidade e risco social, se caracterizando como a principal porta de entrada do SUAS, ou seja, é uma unidade que possibilita o acesso de um grande número de famílias à rede de proteção social de assistência social”.

As atividades que foram desenvolvidas no CRAS Paulo Freire, eram organizadas em duas fases a saber: 1ª fase: reunião e planejamento, 2ª fase: aplicação em campo da atividade planejada e com supervisão técnica do professor coordenador do projeto.

**Figura 1** – Instrumentos Utilizados no Relato de Experiência das Atividades de Promoção da Saúde Mental do Projeto Cuca Legal, Porto Velho/RO.



Fonte: autoria própria, 2024.

Com isso, as atividades aconteciam quinzenalmente a campo, com participação de alunos do curso de enfermagem de 2014 até 2020, integrando posteriormente de 2023 até o presente momento os alunos do curso de outros cursos da área da saúde como psicologia e medicina. Foram realizados registros fotográficos e escritos por meio de documento institucional, construindo então um acervo a respeito da história e atividades desenvolvidas pelos membros do projeto nos últimos anos.

Outrossim, pensando em relação aos instrumentos utilizados no relato de experiência, destaca-se que o Portfólio do Projeto contém descrição e registro fotográfico das atividades desenvolvidas, enquanto a página no Instagram @cucalega.unisl contém publicações das atividades de 2019 até 2024.



**Figura 2** – Logo Representativo do Projeto Cuca Legal, Porto Velho/RO.



Assim, ao que se refere as anotações nos registros, todas as atividades desenvolvidas pelo projeto são devidamente registradas em um relatório de atividades com descrição da atividade, relatando os objetivos, público-alvo, além de imagens para comprovação e emissão de certificado aos integrantes do projeto.

Contudo o intuito desse projeto, é para além de diplomas na vida dos membros, ele é também uma espécie de pirâmide que fortalece as vivências pessoais dos mesmos, os ajudando em suas construções subjetivas seja elas na saúde mental e nas redes de vínculos afetivos, mostrando-se um significante de grande impacto na vida dos mesmos, tanto dos ex-membros, como atuais.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Levando em consideração a metodologia proposta, para o desenvolvimento dos resultados, os autores irão relatar sua experiência sendo identificados com as setes cores do arco-íris: vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta, visto que o mesmo representa a ponte entre o usuário e os integrantes do projeto durante as atividades de promoção da saúde mental.

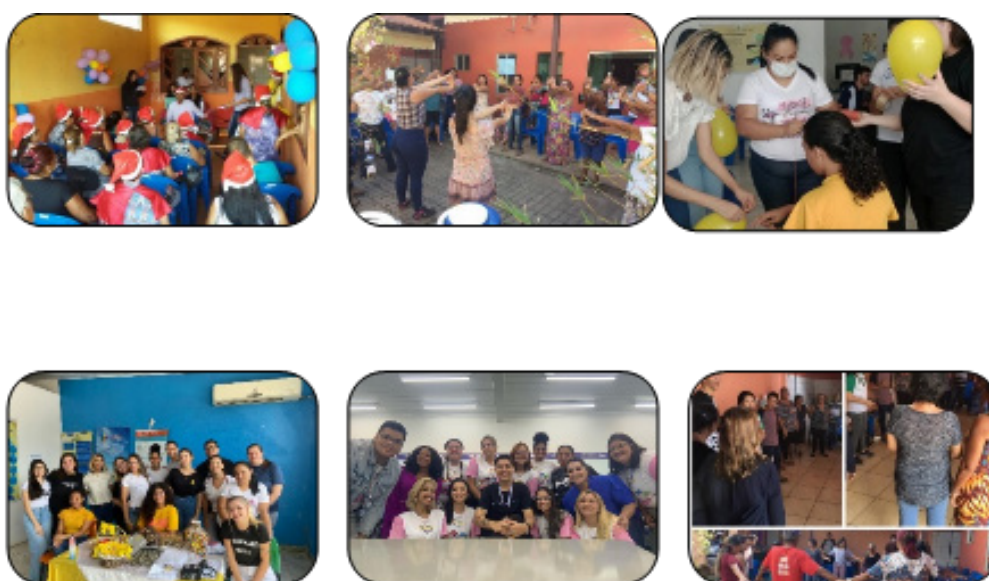
Durante o desenvolvimento das atividades de promoção da saúde mental da pessoa idosa através do grupo terapêutico articulado com o CRAS Paulo Freire, tínhamos uma população de cerca de 30 idosos do gênero masculino e feminino, na faixa etária entre 60 até 85 anos de idade.



Os idosos eram convidados previamente para as atividades em grupo que eram realizadas quinzenalmente com duração em média de 2 horas durante o período temporal de 2014 até 2024, tendo em média cerca de 40 encontros

Durante os encontros, foram trabalhados temas como ansiedade, depressão, isolamento social, laços familiares e sociais, redes de apoio, serviços de saúde mental, valorização da vida e prevenção do suicídio, cuidado com a saúde mental dentre outros temas relacionados à saúde mental, respeitando a realidade transcultural da pessoa idosa na nossa região.

**Figura 3** – Membros do Projeto Cuca Legal durante as Atividades de Promoção da Saúde Mental com os Idosos no CRAS Paulo Freire, Porto Velho/RO.



Fonte: Registro próprio, 2024.

**Para o integrante representando pela Cor Vermelha:** os grupos terapêuticos são ferramentas de promoção à saúde mental fundamental para desmistificação dos preconceitos e estigmas que envolvem os aspectos relacionados à saúde mental da população idosa, possibilitando um momento de fala, de escuta e acolhimento. Nesse contexto, Brasil (2013), descreve que os grupos terapêuticos permitem uma rica troca de experiências e transformações subjetivas que não seria alcançado e um atendimento do tipo individualizado, possibilitando diversa trocas de conhecimentos e possíveis identificações que apenas o trabalho grupal torna possível.

Um ponto importante e relevante trabalhando com a população idosa foi a questão da Valorização da Vida e Prevenção do Suicídio através da Campanha do Setembro Amarelo, visto que realizamos momentos de reflexão e discussão nos anos de 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022 e 2023.

Isso nos permitiu avançar e construir diálogos com os usuários, fortalecendo vínculos terapêuticos, possibilitando ainda aos membros do projeto o desenvolvimento de competências, habilidades e atitude cada vez mais precoce e assertiva por meio da promoção da saúde mental, sendo então referência em atividades de promoção à saúde mental da população não somente com os idosos, mais em todos os ciclos de vida.

**Nesse sentido, o integrante caracterizado pela Cor Laranja:** enfatiza que os pontos destacados em pauta nas atividades realizadas com os idosos no CRAS Paulo Freire, observa-se que trabalhar a saúde mental durante o processo de envelhecimento é fundamental, principalmente no cenário Amazônico, um local, onde muitos dos povos, são idosos ribeirinhos, de baixa renda e analfabetos.

Sendo então, um ambiente pouco conhecido e quase inacessível, o qual reflete os estudos de Nascimento, et al. (2016) afirma que pouco se conhece sobre a velhice nesse contexto tipicamente amazônico, o que imprime uma importante curiosidade científica. O processo de envelhecimento vivenciado nesses ambientes isolados, com baixos índices de desenvolvimento humano e carentes do setor de saúde e do amparo social, precisa ser alvo de estudos, pois traz em seu bojo realidades funcionais, sociais e culturais ricas e extremamente diferenciadas.

Desse modo, as práticas e atividades em promoção de saúde mental com essa população no cenário Amazônico deve envolver todos aspectos subjetivos e inclusivos, bem como colaborar com a preservação dos envolvimento dos mesmos nas oficinas desenvolvidas no projeto de saúde mental, permitindo a construção de falas e acolhimento da pessoa idosa que muitas vezes são negligenciados.

**Segundo o integrante trajado pela Cor Amarela:** as atividades realizadas no CRAS Paulo freire com auxílio de dinâmicas no grupo terapêutico, incentivavam os idosos a expressarem seus sentimentos, seja quaisquer que fossem positivo ou negativo, valorizando os mesmos, além de ajudarem a refletir frente de tais sentimentos, bem como incentivar quanto ao cuidado com seus sentimentos e sua relação com a saúde mental, criando então um ambiente de escuta terapêutica, ajudando a lidarem com seus fardos emocionais.

Levando em consideração o exposto anteriormente, Gonçalves, Cruz (2022, p.2): “A adoção de estratégias que facilitem a identificação e o acolhimento dos idosos em sofrimento psíquico se faz relevante. Uma estratégia de intervenção exitosa é o uso da escuta terapêutica, que favorece a troca dialógica e o compartilhamento de experiências e sensibiliza o idoso para a melhoria no modo de vida individual e coletivo”.

**De acordo com o integrante identificado pela Cor Verde:** o projeto de extensão cuca legal, permite realizar ações de promoção da saúde mental, criando um ambiente acolhedor por meio da oferta de escuta terapêutica e empática, além de fortalecer as relações terapêuticas e na promoção de uma comunicação eficaz. A partir do processo de escuta terapêutica direcionado aos idosos, cria-se um espaço interativo e de respeito mútuo, no qual o indivíduo se sente seguro para compartilhar suas experiências, medos e

angústias.

Levando em consideração isso, Campos (2017), enfatizam que esse método funciona como uma ferramenta capaz de proporcionar um cuidado humanizado e acolhedor, favorecendo o desenvolvimento de aptidões e habilidades e refletindo positivamente na qualidade de vida desse indivíduo.

**Já conforme o relato do integrante Azul:** através dos encontros foi visto a necessidade de desenvolver ações voltadas para promoção da saúde mental a população idosa, visto que tais ações são fundamentais mediante a vivência de conflitos internos que possam surgir nesse momento do envelhecimento, o que permite que os membros possam acolher e ajudar a desenvolver artifícios de melhor enfrentamento diante dessa fase e dos problemas psicoemocionais.

Levando em consideração o público-alvo das atividades desenvolvidas pelo membro do projeto, Silva (2014), enfatiza que envelhecimento é um processo natural, inevitável e irreversível, trazendo limitações e mudanças físicas, psicológicas e sociais. Os idosos refletem sobre suas vidas e, apesar das conquistas, enfrentam perdas significativas como saúde, aposentadoria e entes queridos. Mesmo sem doenças crônicas, o envelhecimento envolve alguma perda funcional e requer atenção devido à vulnerabilidade dos idosos.

Além disso, nesse contexto é comum que os idosos enfrentem conflitos internos como ansiedade, insegurança, medo, solidão e desamparo, o que pode aumentar a fragilidade emocional e levar ao desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão (Veras, 2018).

**A partir dos encontros, foi observado pelo integrado representando pela Cor Anil:** O envelhecimento é um processo que deve ser vivenciado com autonomia e reconhecimento de seus direitos, segurança, dignidade, bem-estar e saúde física e mental. Para que isso aconteça em especial o direito à saúde mental, as atividades realizadas durante os encontros com os idosos possibilitaram a construção e fortalecimento de uma rede de apoio, além de favorecer e auxiliar na promoção da saúde mental com atividades motoras, rodas de conversas, dando assim liberdade e a autonomia deles agirem de forma ativa nas atividades ali proposta.

Além disso, através do projeto podemos construir e demonstrar afeto, interesse genuíno e empatia aos idosos que por vezes sofrem de abandono, seja pela sociedade ou até mesmo pela família, prevenindo então o surgimento de um transtorno mental e sendo uma rede de apoio essencial para eles.

Em virtude disso, à saúde mental da pessoa idosa prevê plano de ação e aplicação de estratégias que favoreçam a prevenção de transtornos mentais, visto que a descoberta precoce, o tratamento, a inclusão de procedimentos de diagnósticos, medicação adequada, psicoterapia e capacitação de profissionais de demandas que atendam esse público favoreçam a essa população o alcance de uma velhice com saúde física e mental, bem

como o fortalecimento de uma rede de cuidados e apoio aos idosos com o envolvimento da família, voluntários e comunidade França, Murta (2014).

**O integrante da Cor Violeta:** relata que é de suma importância o uso de atividades lúdicas em grupos terapêuticos para idosos, pois essas atividades promovem não somente benefícios emocionais e sociais, como também cognitivos, trazendo bem-estar para todos aqueles que participam. Durante as atividades em grupo com os idosos, conseguimos observar a participação e interação entre todos, havendo assim troca de experiências e compartilhando sentimentos.

Em consonância com isso, as realizações dessas atividades lúdicas, tais quais como as danças e jogos, trouxeram melhorias no cotidiano dos idosos, uma vez que as aplicações delas por meio dos pesquisadores contribuíram para crescimento da interação social, movimentação física, percepção, memória, criatividade e autonomia dos participantes, promovendo assim benefícios indiscutíveis na qualidade de vida dos idosos (Silva, 2020).

## CONCLUSÃO

É evidente que as atividades desenvolvidas sob supervisão e orientação do professor fundador e coordenador do projeto juntamente com os membros contribuíram para o desenvolvimento das competências e habilidades no âmbito da saúde mental para os acadêmicos integrantes do projeto cuca legal.

Além disso, a atividade de promoção da saúde mental realizada por meio do grupo terapêutico com as pessoas idosas possibilitou contribuir enquanto projeto com ações de acolhimento, escuta qualificada, interesse genuíno e principalmente com empatia em relação às particularidades oriundas da saúde mental das pessoas idosas acompanhada pelo CRAS Paulo Freire no Município de Porto Velho/RO.

Em suma, esperar-se que a experiência vivenciada e desenvolvida pelos integrantes do projeto cuca legal possibilite reflexão a respeito da sua importância e das contribuições a nível local, regional e nacional.

Trazendo visibilidade e estimulando outras instituições a implementarem atividades voltadas para saúde mental articuladas com diversos setores e instituições, seja no âmbito público ou privado, fortalecendo a saúde mental não somente na região amazônica do país.

## DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Nós, autores deste trabalho, declaramos para os devidos fins que não possuímos conflitos de interesses seja de ordem financeira, comercial, político, acadêmico e pessoal.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Reforma Psiquiátrica e Política de Saúde Mental no Brasil**. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

BRASIL. **Orientações Técnicas: Centro de Referência de Assistência Social (CRAS)**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, 2009.

BRASIL. **Saúde Mental**. Caderno de Atenção Básica, n.34. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

CAMPOS, Cláudia Margarida. A Comunicação Terapêutica Enquanto Ferramenta Profissional nos Cuidados de Enfermagem. **Rev Psilogos**, Portugal. Vol.15, n.1, p.91-101, sep, 2017.

FRANÇA, Cristineide Leandro; MURTA, Sheila Giardini. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: Conceitos e Intervenções. **Rev Psicologia: Ciência e Profissão**. Vol.34, n.2, pg. 318-329, 2014.

FLORIANO, Mikaela Daiane Prestes; MATTA, Isabela Braga da; MONTEBLANCO, Felipe Leindecke ZULIANI, André Luís Baumhardt. Extensão universitária: a percepção de acadêmicos de uma universidade federal do estado do Rio Grande do Sul. **Rev Em Extensão**, Uberlândia. Vol.16, n.1, p.9-35, jan./jun. 2017.

GONÇAVES, Jurema Ribeiro Luiz; CRUZ, Lilian Cristina da. Escuta terapêutica no processo de atendimento à saúde do idoso. **Rev Enfermagem UERJ**. Rio de Janeiro, Vol.30, n.1, 2022.

GROLLMUS, Nicolás Schöngut; TARRÉS, Joan Pujol. Relatos metodológicos: difractando experiências narrativas de investigación. **Fórum Qualitative Social Research**. Barcelona, Vol. 16, n.2, Mayo, 2015.

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Rev Práx. Educ**. Vitória da Conquista, Vol. 17, n.48, p. 60-77, Out/Dez, 2021.

NASCIMENTO, Rodolfo Gomes do et al. Percepção de idosos ribeirinhos amazônicos sobre o processo de envelhecimento: o saber empírico que vem dos rios. **Rev Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L.]. Vol. 19, n.3, p.429-440, jun, 2016.

ROSA, Edison da; BORTOLINI, Maristela Helena Zimmer (Org). **Política Nacional de Extensão Universitária (PNEU)**. Fórum de Pró-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras. Manaus/AM, 2012.

SÁ, Maria Aparecida Munin de; MONICI, Sandra Critstina Borges; CONCEIÇÃO, Márcio Magera. A importância do Projeto de Extensão e o Impacto que ele tem no Processo Formativo dos Estudantes Universitários. **Rev Científica Acerte**. São Paulo, Vol.2, n.3,

2022.

SANTOS, Anna Alleska Silva et al. A importância do uso de tecnologias no desenvolvimento cognitivo dos idosos. **Rev Gep News**, [S. l.]. Vol.1, n.1, p.20–24, 2018.

SILVA, Franco da Rocha; DAMACENO, Daniela Garcia. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Rev. Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro. Vol.19, n.8, p.1741-1752, out, 2014.

SILVA, Amanda Rutchielly Lima da et al. A contribuição das atividades lúdicas para melhoria na saúde do idoso. **Rev Brasileira de Revisão de Saúde**, [S. l.]. Vol. 3, p.4650-4665, 2020.

SOUZA, Raiana Almeida de; CRISTIVÃO, Kelvim Klaim Almeida; TEIXEIRA, Helton Camilo. Reflexão a respeito dos fatores de risco relacionados ao suicídio em idosos: revisão sistemática. **Rev Bras Psicoterapia**, Porto Alegre. Vol.21, n.3, dez, 2019.

TEODORO, Lucimar (Org). **Manual do Agente Comunitário de Saúde: Saúde Pública e da Família**. Cap.10 Saúde Mental. São Paulo: DCL, 2010.

VERAS, Renato Peixoto; OLIVEIRA, Maria. Envelhecimento no Brasil: a construção de um modelo de saúde. **Rev. Ciênc. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro. Vol.23, n.6, p.1929-1936, jun. 2018.