

**ENTRE CARTELAS E
GORROS DE LÃ: UM
RELATO DE EXPERIÊNCIA
SOBRE EMPATIA E
CUIDADO COMUNITÁRIO**

**BETWEEN BINGO CARDS AND WOOL HATS: AN EXPERIENCE REPORT ON
EMPATHY AND COMMUNITY CARE**

Ciências da Saúde • 31/03/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/774933740](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/774933740)

Patricia Cincotto dos Santos Bueno¹

Allana Beatriz Manoel Alves dos Santos²

Ana Clara de Souza²

Annelise Carvalho Almeida²

Beatriz Gaspar Nejaim²

Gabrielli Duarte Romeiro²

Felipe Diniz Martins²

Marcela Akemi Urata²

Fabio Fernando Ribeiro Manhoso^{1,3}

Fernanda Mesquita Serva⁴

Carlo Rossi del Carratore¹

RESUMO

O envelhecimento populacional constitui uma das principais transformações demográficas contemporâneas, demandando estratégias que promovam qualidade de vida, inclusão social e bem-estar emocional da população idosa. Em instituições de longa permanência para idosos (ILPIs), a rotina institucional pode favorecer situações de isolamento social e redução dos estímulos cognitivos. Nesse contexto, atividades recreativas têm sido utilizadas como estratégias de promoção do envelhecimento ativo e da saúde mental. O presente estudo tem como objetivo relatar uma intervenção recreativa realizada por estudantes do curso de Medicina Veterinária da Universidade de Marília (UNIMAR) em uma instituição de longa permanência para idosos no município de Marília, São Paulo. Trata-se de um relato de experiência de caráter descritivo e qualitativo. A atividade consistiu na realização de um bingo recreativo conduzido por estudantes voluntários, incluindo momentos de interação social, música e distribuição de prêmios confeccionados artesanalmente por uma integrante da comunidade. Observou-se elevada adesão dos residentes, participação ativa nas atividades e manifestações positivas relacionadas ao bem-estar emocional e à socialização. Para os estudantes, a experiência contribuiu para o desenvolvimento de habilidades comunicativas, empatia e compreensão do papel social do profissional da saúde. A intervenção demonstrou potencial como estratégia de promoção do envelhecimento ativo e fortalecimento da sustentabilidade social.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo. Extensão universitária. Instituições de longa permanência. Promoção da saúde. Sustentabilidade social

ABSTRACT

Population aging is one of the most significant demographic transformations of the 21st century, requiring strategies that promote quality of life, social inclusion, and emotional well-being among older adults. In long-term care institutions, daily routines may contribute to social isolation and reduced cognitive stimulation. Recreational activities have been recognized as effective strategies to promote active aging and mental well-being among institutionalized older adults. The aim of this study was to describe a recreational intervention conducted by Veterinary Medicine students from the University of Marília (UNIMAR) in a long-term care institution in Marília, Brazil. This study consists of a descriptive qualitative experience report. The intervention involved a recreational bingo activity conducted by volunteer students, including moments of social interaction, music, and the distribution of handmade wool hats produced by a community member. High participation among residents was observed, as well as positive emotional responses related to social interaction and leisure. The experience also contributed to the development of empathy and communication skills among students. The intervention demonstrated potential as a strategy to promote active aging and strengthen social sustainability through community engagement.

Keywords: Active aging . Health promotion. Long-term care institutions. University extension ; Social sustainability

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem se intensificado em praticamente todas as regiões do mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, entre 2015 e 2050 a proporção da população mundial com mais de 60 anos quase dobrará, passando

de 12% para aproximadamente 22% (World Health Organization, 2020). Esse fenômeno demográfico tem implicações diretas para os sistemas de saúde, exigindo estratégias que não apenas tratem doenças, mas que promovam qualidade de vida, autonomia e participação social.

No contexto brasileiro, o envelhecimento da população ocorre de forma acelerada, resultando em maior demanda por serviços de cuidado de longa duração. As instituições de longa permanência para idosos (ILPIs) desempenham papel importante no acolhimento de indivíduos que necessitam de suporte contínuo. Entretanto, a institucionalização pode estar associada à diminuição das interações sociais, ao afastamento de vínculos familiares e ao aumento do risco de isolamento social (Camarano & Kanso, 2020).

A literatura indica que o isolamento social constitui um importante determinante negativo da saúde em idosos, estando associado a maior risco de depressão, declínio cognitivo e mortalidade (Holt-Lunstad, 2020). Nesse contexto, estratégias que promovam interação social, participação comunitária e estímulo cognitivo tornam-se fundamentais para promover o envelhecimento saudável. (Mota et al., 2020)

A atenção à população idosa demanda abordagens que integrem cuidado clínico e promoção do bem-estar social. Atividades recreativas em instituições de longa permanência podem reduzir isolamento, estimular cognição e promover socialização. Universidades, por meio de ações de extensão, contribuem para a formação de profissionais sensíveis às necessidades sociais e para o fortalecimento de vínculos comunitários. (Park et al., 2021)

Sustentabilidade Social se baseia no princípio de que uma sociedade só é sustentável se for justa. Isso envolve equidade: Acesso igualitário a recursos e oportunidades; diversidade e Intergeracionalidade uma vez que valoriza todas as idades; qualidade de Vida: Promoção de saúde física e mental e participação Comunitária: O engajamento de grupos (como os alunos de Veterinária) na solução de problemas locais. (Sachs,1986).

Este relato descreve uma intervenção realizada por alunos de Medicina Veterinária da UNIMAR no Asilo São Vicente de Paula, cujo objetivo foi avaliar de forma descritiva a execução e os efeitos imediatos da atividade.

2. METODOLOGIA

Os alunos do primeiro termo do Curso de Medicina Veterinária da Universidade de Marília (UNIMAR) foram convidados para realizar um projeto de sustentabilidade dentro da disciplina de Ciências do ambiente e sustentabilidade.

O projeto intitulado Vet Solidária foi aprovado pelo Núcleo Integrado de Pesquisa e Extensão (NIPEX) sob protocolo PROEX 2025.

Após aprovação foi realizado um contato prévio com a coordenação do asilo São Vicente de Paula para definição de número de participantes, espaço e materiais.

Foi feito um acolhimento e apresentação dos alunos; explicação das regras; realização de múltiplas rodadas de bingo intercaladas com momentos de conversa, entrega de prêmios, encerramento e agradecimentos

Para coleta e análise de dados realizamos observação direta documentada em anotações de campo; registro de reações e comentários dos idosos; roda de feedback com alunos ao final.

Quanto aos aspectos éticos a atividade teve caráter não-invasivo e obteve-se consentimento verbal dos participantes e autorização da coordenação do asilo para registro.

Ilustração 1. Modelo conceitual da intervenção extensionista realizada em instituição de longa permanência para idosos, demonstrando a relação entre atividade recreativa, interação intergeracional e seus impactos na promoção do envelhecimento ativo e da sustentabilidade social.



Fonte: Próprio autor

3. RESULTADOS

Houve uma adesão elevada dos residentes convidados com boa aceitação da proposta. Os idosos participaram ativamente das rodadas de bingo e houve interações verbais entre residentes e alunos.

Quando analisamos o estado emocional observou-se aumento de expressões de alegria, risos e agradecimentos; relatos espontâneos de satisfação por parte de residentes e funcionários.

O impacto na formação discente foi avaliado pelo feedback dos alunos e indicou desenvolvimento de habilidades comunicativas, maior sensibilidade para o cuidado ao idoso e reconhecimento da relevância da extensão. (Quadro 1)

Quadro 1. Impactos observados na intervenção recreativa

Dimensão	Evidências observadas	Impacto potencial
Participação social	Conversas e interação entre residentes	Redução do isolamento
Estímulo cognitivo	Participação nas rodadas de bingo	Exercício de memória e atenção
Bem-estar emocional	Risos, entusiasmo e agradecimentos	Melhora momentânea do humor
Interação intergeracional	Contato direto entre estudantes e idosos	Fortalecimento de vínculos
Formação discente	Feedback positivo dos alunos	Desenvolvimento de empatia

Fonte: Próprio autor

Além da participação ativa durante o jogo, observou-se que a atividade favoreceu momentos espontâneos de interação social entre os residentes. Alguns idosos compartilharam histórias pessoais e experiências de vida com os estudantes, o que contribuiu para fortalecer o caráter intergeracional da atividade. (Ilustração 2).

Ilustração 2. Alunos e residentes durante a rodada do bingo



Fonte: Acervo próprio

Outro aspecto observado foi o impacto simbólico da entrega dos gorros artesanais (Ilustração 3). O fato de os prêmios terem sido confeccionados manualmente por uma integrante da comunidade foi percebido pelos residentes como um gesto de cuidado e atenção, reforçando sentimentos de pertencimento e valorização.

Ilustração 3. Dona Teresa confeccionando os gorros



Fonte: Acervo próprio

Limitações observadas: ausência de instrumentos padronizados para mensuração de bem-estar ou mudança comportamental; curto período de observação; possível viés de observador.

4. DISCUSSÃO

Os resultados observados nesta experiência reforçam evidências crescentes da literatura que apontam a relevância das atividades recreativas e socioculturais para a promoção da saúde e da qualidade de vida em idosos institucionalizados. O envelhecimento populacional tem se intensificado globalmente nas últimas décadas, e projeções indicam que, até 2050, a população mundial com mais de 60 anos deverá ultrapassar dois bilhões de pessoas (World Health Organization, 2020). Esse cenário demanda novas estratégias de promoção do envelhecimento saudável, especialmente em contextos institucionais.

Em instituições de longa permanência para idosos (ILPIs), a rotina institucional pode contribuir para a redução das interações sociais e para o aumento da sensação de isolamento e solidão. Estudos demonstram que o isolamento social constitui um importante fator de risco para depressão, declínio cognitivo, fragilidade e mortalidade em idosos (Holt-Lunstad, 2020). Dessa forma, intervenções que promovam interação social e engajamento em atividades coletivas tornam-se fundamentais para a manutenção da saúde mental e emocional dessa população.

Atividades recreativas têm sido amplamente reconhecidas como estratégias eficazes para promover o envelhecimento ativo. Jogos e atividades lúdicas estimulam processos cognitivos como memória, atenção e raciocínio, além de promoverem interação social e sentimentos de pertencimento (Cohen-Mansfield & Jensen, 2021; Park et al., 2021). Nesse sentido, o bingo recreativo utilizado nesta intervenção mostrou-se uma ferramenta simples e acessível capaz de estimular simultaneamente aspectos cognitivos, emocionais e sociais.

Outro aspecto relevante da experiência relatada refere-se ao papel da interação intergeracional. A literatura indica que programas que promovem o contato entre jovens e idosos contribuem para a redução de estereótipos relacionados ao envelhecimento e favorecem a construção de vínculos sociais significativos. Além disso, essas interações podem melhorar o bem-estar psicológico dos idosos e promover atitudes mais positivas dos jovens em relação ao envelhecimento (Galbraith et al., 2022; Kaplan, 2017).

No âmbito educacional, a participação dos estudantes nessa atividade extensionista também apresenta relevância significativa. A

aprendizagem experiencial, descrita por Kolb (2015), enfatiza que o aprendizado ocorre de forma mais significativa quando os estudantes participam ativamente de experiências concretas e reflexivas. Nesse sentido, as ações de extensão universitária constituem importantes espaços de formação cidadã e profissional.

Estudos recentes na área de educação em saúde indicam que experiências comunitárias contribuem para o desenvolvimento de competências fundamentais como empatia, comunicação interpessoal e responsabilidade social (Frenk et al., 2022). Essas competências são particularmente importantes para profissionais da área da saúde, incluindo médicos veterinários, cuja atuação cada vez mais se insere em contextos multidisciplinares e comunitários.

A experiência relatada também pode ser analisada à luz do conceito de sustentabilidade social. Sachs (1986) propõe que o desenvolvimento sustentável deve ser compreendido de forma multidimensional, incluindo dimensões sociais, ambientais e econômicas. A sustentabilidade social envolve a promoção da equidade, da inclusão e da participação comunitária.

Nesse contexto, iniciativas que promovem interação social, valorização da experiência de vida dos idosos e fortalecimento dos vínculos comunitários contribuem diretamente para a construção de sociedades mais sustentáveis. A participação da Sra. Teresa na confecção artesanal dos gorros distribuídos durante a atividade representa um exemplo significativo de envelhecimento ativo e protagonismo social. A produção artesanal não apenas promoveu bem-estar emocional entre os participantes, mas também simbolizou a valorização do conhecimento e da experiência acumulados ao longo da vida.

Além disso, a iniciativa dialoga com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) propostos pela Organização das Nações Unidas. Em particular, a intervenção se relaciona com o ODS 3 (Saúde e Bem-estar), o ODS 10 (Redução das Desigualdades) e o ODS 11 (Cidades e Comunidades Sustentáveis) (United Nations, 2015). Programas comunitários voltados à promoção do envelhecimento saudável podem contribuir para reduzir desigualdades sociais e melhorar a qualidade de vida de populações vulneráveis.

No campo da Medicina Veterinária, a experiência também pode ser interpretada a partir da perspectiva da abordagem One Health. Esse conceito reconhece a interdependência entre saúde humana, animal e ambiental, destacando a importância da atuação interdisciplinar na promoção da saúde global (CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA VETERINÁRIA, 2021; Gibbs, 2014). A participação dos estudantes em atividades comunitárias amplia sua compreensão sobre os determinantes sociais da saúde e fortalece sua formação ética e cidadã.

Apesar dos resultados positivos observados, algumas limitações devem ser consideradas. A natureza qualitativa e descritiva da experiência não permite avaliar de forma objetiva os efeitos da intervenção sobre indicadores específicos de saúde ou qualidade de vida. Além disso, o curto período de observação limita a análise de impactos a longo prazo.

Estudos futuros poderiam incorporar instrumentos psicométricos validados, como escalas de qualidade de vida, bem-estar psicológico e cognição, permitindo avaliar de forma mais robusta os efeitos de atividades recreativas em idosos institucionalizados. Pesquisas

longitudinais também poderiam investigar os impactos sustentados dessas intervenções ao longo do tempo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O bingo terapêutico promovido por alunos da UNIMAR no Asilo São Vicente de Paula mostrou-se viável e benéfico, favorecendo interação social, bem-estar momentâneo dos idosos e aprendizagem prática dos estudantes. A experiência justifica repetições sistemáticas e estudo com metodologia robusta para avaliar efeitos sustentados

Para os acadêmicos do primeiro ano de Medicina Veterinária, essa ação transcende o entretenimento. Sob a ótica da Sustentabilidade Social, a iniciativa promove a responsabilidade ética e o desenvolvimento de competências humanistas essenciais ao futuro profissional. Ao atuar na comunidade de Marília-SP, os estudantes exercitam a empatia e compreendem que o cuidado com a vida não se restringe aos animais, mas abrange o ecossistema social no qual estão inseridos, fortalecendo os pilares da cidadania e do compromisso comunitário.

Um dos pontos altos da intervenção foi a entrega dos prêmios: gorros de lã confeccionados artesanalmente pela Sra. Teresa, de 83 anos. Este elemento carrega um significado profundo para a disciplina de Sustentabilidade por três motivos principais:

1. Envelhecimento Ativo: O trabalho da Dona Teresa exemplifica a importância de manter o idoso produtivo e integrado. O fazer manual (tricô/crochê) é uma terapia cognitiva que mantém a dignidade e o propósito de vida. O gesto da Dona

Teresa mostra que o conhecimento e a produção não têm idade, combatendo o "etarismo"

2. Afetividade e Pertencimento: Diferente de uma prenda industrializada, o gorro artesanal carrega uma "digital afetiva". Para o idoso que recebe, é o carinho de um par; para o aluno, é a lição de que o cuidado é feito de detalhes e dedicação manual.

3. Sustentabilidade Social: A produção local e artesanal reduz o consumo desenfreado e valoriza o saber tradicional. O fato de a artesã ser mãe de uma docente da instituição cria um nexo comunitário, fortalecendo os laços entre a universidade, a família e a sociedade. Para Boff, o veterinário sustentável é aquele que desenvolve a ética do cuidado integral.

A disciplina de Sustentabilidade ganhou vida através dessa conexão intergeracional. Este gesto nos ensinou que a sustentabilidade social começa na valorização das pessoas e na preservação dos laços familiares e comunitários.

Portanto, a experiência em Marília serviu para moldar futuros veterinários que não apenas tratam patologias, mas que entendem o seu papel como agentes promotores de uma sociedade mais justa, empática e sustentável. A lã que aquece o idoso é o mesmo fio que conecta o aluno à realidade humana que ele encontrará em sua prática profissional.

6. AGRADECIMENTOS

À equipe do Asilo São Vicente de Paula, aos residentes participantes e as alunas do curso de Medicina veterinária da Universidade de

Marília

Gostaríamos de expressar nossa profunda gratidão à **Sra. Teresa**, cuja dedicação e talento aos 83 anos de idade deram um significado ainda mais especial a esta ação social. Os gorros de lã, tecidos manualmente com tanto carinho, não foram apenas prêmios de um jogo, mas símbolos de acolhimento e dignidade que aqueceram o coração dos residentes e o espírito dos alunos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOFF, Leonardo. **Saber cuidar: ética do humano — compaixão pela terra**. Petrópolis: Vozes, 1999.

CAMARANO, Ana Amélia; KANSO, Solange. **Envelhecimento da população brasileira: desafios e perspectivas**. Revista Brasileira de Estudos de População, v. 37, 2020.

COHEN-MANSFIELD, Jiska; JENSEN, Barbara. **Recreational activities in nursing homes**. Aging & Mental Health, v. 25, n. 6, p. 987–995, 2021.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA VETERINÁRIA (CFMV). **Guia de saúde única**. Brasília, DF: CFMV, 2021.

FRENK, Julio et al. **Health professionals for a new century: transforming education to strengthen health systems in an interdependent world**. The Lancet, v. 399, n. 10323, p. 1923–1958, 2022.

GALBRAITH, Brian et al. **Intergenerational programs and older adult wellbeing**. Gerontology and Geriatric Medicine, v. 8, p. 1–10, 2022.

GIBBS, E. Paul J. **The evolution of One Health: a decade of progress and challenges for the future.** Veterinary Record, v. 174, n. 4, p. 85–91, 2014.

HOLT-LUNSTAD, Julianne. **Social isolation and health outcomes in older adults.** Annual Review of Public Health, v. 41, p. 363–381, 2020.

KAPLAN, Matthew. **Intergenerational programs in education.** International Review of Education, v. 63, n. 3, p. 291–309, 2017.

KOLB, David A. **Experiential learning: experience as the source of learning and development.** Boston: Pearson Education, 2015.

MOTA, D. G. et al. **O lúdico como estratégia de promoção da saúde em instituições de longa permanência para idosos.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 23, n. 4, 2020.

PARK, Soojin et al. **Recreational interventions and cognitive health in older adults.** Aging & Mental Health, v. 25, n. 7, p. 1201–1208, 2021.

SACHS, Ignacy. **Ecodesenvolvimento: crescer sem destruir.** São Paulo: Vértice, 1986.

UNITED NATIONS. **Transforming our world: the 2030 agenda for sustainable development.** New York: United Nations, 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Decade of healthy ageing 2021–2030.** Geneva: WHO, 2020.

¹ Docente do Curso de Medicina Veterinária da Universidade de Marília

² Discente do Curso de Medicina Veterinária da Universidade de
Marília

³ Coordenador do Curso de Medicina Veterinária da Universidade de
Marília

⁴ Pró Reitora de Graduação da Universidade de Marília