

O ENVELHECIMENTO E A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE PSICOLOGIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTÁGIO BÁSICO EM PSICOLOGIA SOCIAL

Isabela Drago¹
Joselma Nunes Souza Costa²
Diego da Silva³

RESUMO: Este presente artigo tem como objetivo relatar e refletir sobre as experiências de estágio supervisionado realizado em uma Instituição de Longa Permanência para Idosas (ILPI), em Curitiba - PR. A atuação ocorreu no contexto da Psicologia Social, com ênfase à observação institucional e do comportamento das internas. Com base em referências teóricas da psicologia e do envelhecimento, buscou-se compreender os desafios e aprendizados relacionados ao cuidado de mulheres idosas em situação de institucionalização. O artigo também pretende promover a reflexão sobre a promoção de vínculos e o enfrentamento da solidão e a fragilidade social que afetam esse público.

Palavras-Chave: 1. Observação; 2. Psicologia social; 3. Casa de Repouso; 4. Instituição de Longa Permanência para Idosos – ILPI; 5. Idosos; 6. Velhice.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que exige transformações nos serviços de atenção à saúde, bem como no preparo de profissionais capacitados para lidar com as especificidades dessa fase da vida. No Brasil, observa-se um aumento expressivo no número de Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), o que demanda ações humanizadas e interdisciplinares voltadas para essa população (CAMARANO, 2020).

O estágio supervisionado constitui uma etapa essencial na formação acadêmica, por permitir a vivência prática e o contato direto com realidades complexas. De acordo com Oliveira *et al.* (2018), o estágio contribui para o amadurecimento profissional e pessoal do estudante, ao mesmo tempo em que promove intervenções significativas nas instituições parceiras. Neste contexto, o presente artigo descreve a experiência de estágio supervisionado realizado em uma ILPI, localizada em Curitiba, no bairro Cristo Rei, que acolhe exclusivamente mulheres idosas em situação de vulnerabilidade mental. A maioria das idosas apresentava quadro clínico de Alzheimer ou Demência.

¹Aluna em formação acadêmica na Graduação em Psicologia.

²Aluna em formação acadêmica na Graduação em Psicologia.

³Docente Professor. Orientador. Formação acadêmica em Psicologia.

A ILPI observada, tem 16 anos de atuação e capacidade de atendimento de até 12 idosas. Durante o período de observação a instituição estava atendendo 10 idosas e contava com o apoio técnico de três cuidadoras fixas, além de duas cuidadoras de apoio. Os familiares têm a liberdade de fazerem visitas livres e podem levar as idosas para passeios externos, conforme o desejo de cada família. Os espaços são organizados e limpos, com bastante claridade. Além dos cuidados com limpeza, alimentação, medicação e rotina geral das idosas, a instituição também oferece atividades extras como fisioterapia, musicoterapia e terapia holística.

A formação em Psicologia exige, para além do domínio teórico, a vivência prática dos contextos de atuação profissional. Portanto, o presente artigo descreve a experiência durante o estágio supervisionado realizado, totalizando vinte horas para cada estagiária. O estágio teve como foco a observação institucional e a promoção da experiência.

2 DESCRIÇÃO GERAL DAS PRÁTICAS REALIZADAS

Semanalmente foram observados na Instituição, a forma como cuidavam do bem-estar das idosas, assim como eram conduzidas as atividades, por diversos profissionais que acompanham esse cuidado físico, emocional e especialmente o cuidado com a mente.

2743

2.1 OBSERVAÇÕES REALIZADAS PELA ALUNA ISABELA DRAGO

No dia 11 de abril de 2025, foi realizada a primeira atividade de observação, com duração de quatro horas, das 13h30 às 17h30. Durante este encontro, a proprietária da Casa de Repouso apresentou a instituição e contou sobre sua fundação, estrutura e procedimentos. Comentou que estavam com 10 idosas na instituição, sendo que três delas estavam acamadas. As demais idosas estavam em uma sala de TV, com poltronas bem confortáveis. Fizeram o lanche da tarde, três idosas com mais dificuldade em comer receberam mingau de aveia na boca e as demais comeram na mesa da sala, sem o auxílio das cuidadoras, um cardápio diferente (bolo, pão com manteiga e café com leite). Fiquei junto com as idosas na sala de TV observando. Neste dia, algumas idosas estavam sendo atendidas pela terapeuta holística que fazia massagem na cabeça, pernas e pés das idosas com óleo essencial de lavanda. Essa atividade extra é realizada caso a família tenha optado por ela. A terapeuta comentou que a massagem com óleo essencial oferece benefícios aos idosos, devido às propriedades calmantes e curativas da lavanda.

Para muitos idosos, que enfrentam desafios como ansiedade, dores musculares e articulares, a massagem com este óleo essencial pode ser uma intervenção que acalma e propicia bem-estar. Observou-se que a inalação do aroma de lavanda durante a massagem pode ter gerado melhor relaxamento, além de proporcionar um momento de cuidado e tranquilidade. Todas, após a massagem, ficaram visivelmente mais sonolentas e quietas. A mais jovem do grupo (61 anos) com *Alzheimer*, tem perda de memória recente e dificuldade de raciocínio, mas ficou visivelmente feliz quando a filha foi visitá-la brevemente. No restante da tarde as idosas assistiram TV, algumas expressavam emoções ao ver o que estava passando na TV e as outras dormiam ou pareciam alheias ao que se passava ao redor. Duas idosas usavam contenção física com a autorização das respectivas famílias. As cuidadoras relataram que, sem contenção, essas idosas andavam sem parar, o que já ocasionou em quedas e problemas de saúde. Toda a casa é monitorada com câmeras por uma questão de segurança e para os familiares terem acesso ao dia a dia das idosas.

No dia 16 de abril de 2025, foi realizada a segunda atividade de observação, com duração de quatro horas, das 13h30 às 17h30. As idosas demonstraram mais interesse na minha presença e, aparentemente, ficaram mais à vontade por eu estar com elas na sala de TV. Soube um pouco da história delas por uma das cuidadoras e pelas próprias idosas que quiseram compartilhar algumas informações sobre suas vidas antes de morarem na casa de repouso. Descobri que nesse grupo observado tinham mulheres que foram enfermeira, cantora de rádio, funcionária pública, corretora de imóveis, vendedora, costureira, dona de casa e, a maior parte delas, são mães. A faixa etária do grupo variava entre 61 e 93 anos. Neste dia, as senhoras tiveram fisioterapia o que auxilia muito na perda de mobilidade, fraqueza muscular, desequilíbrio e dores crônicas. Uma das idosas com 93 anos, com desorientação em relação ao tempo e ao lugar, nitidamente demonstrou afeição pela fisioterapeuta. Quando a fisioterapeuta perguntou à idosa o que ela queria, esta respondeu prontamente: Quero conversar com você! Elas deram risada e conversaram enquanto a idosa fazia os exercícios de alongamento das pernas, braços e pescoço sempre sentada na sua poltrona e com o auxílio da profissional. Apesar de precisar de ajuda para levantar-se e andar no dia a dia, durante os exercícios apresentou força nas pernas e não reclamou em fazer o que foi proposto.

Outra idosa, de 72 anos, reclamou de dor e cansaço durante a sessão. Nesse caso, a fisioterapeuta adaptou o exercício e gentilmente fez um alongamento na idosa para aliviar

a dor na perna dela. Percebi que cada idosa fazia uma série diferente, com algumas mudanças na sequência e no tipo de exercício, segundo a necessidade de cada uma. A fisioterapeuta destacou que ao fazer exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, ocorria a melhoria do equilíbrio e treino de marcha das idosas, reduzindo a incidência de fraturas e outras lesões decorrentes de quedas muito comum na velhice. Outra idosa, de 78 anos, recebeu a visita de uma das filhas. Esta senhora andava com a ajuda de um andador e, apesar do *Alzheimer*, tinha muitos momentos de lucidez. Contou que tinha cinco filhos, que era viúva há oito anos e que sentia falta da sua casa. Ela sempre recebia visita dos filhos e passava os finais de semana com um deles. Manteve-se a rotina do lanche da tarde e depois as idosas assistiram TV. Ao me despedir, todas responderam e duas senhoras me perguntaram quando eu ia voltar.

No dia 25 de abril de 2025, foi realizada a terceira atividade de observação, com duração de quatro horas, das 13h30 às 17h30. A cada dia de observação, as idosas aparentavam estar mais à vontade com a minha presença. Uma das idosas, 70+, com *Alzheimer* apresentava perda de memória e problemas com a linguagem, pois não conseguia mais falar frases conexas, além disso, apresentava alterações rápidas de humor e desorientação em relação ao tempo e ao lugar. Ela recebia alimentação na boca e ficava com a contenção, caso contrário andava o tempo inteiro sem pausa. Quando ela começava a apresentar muita ansiedade e tiques de esfregar as mãos em uma almofada, as cuidadoras tiravam a contenção para ela andar durante um tempo a fim de gastar energia. Nesses momentos, ela ficava visivelmente feliz e, depois de andar bastante, ficava mais tranquila para voltar à poltrona. Nas sextas-feiras era o dia da terapia holística, com massagem e óleos essenciais. Percebi que dessa vez mais idosas fizeram a massagem. Elas estavam mais quietas que o usual, talvez pelo tempo frio que estava nesse dia. Nesse mesmo dia, durante o horário do lanche da tarde, conheci a nova moradora da Casa de Repouso. Uma senhora de 93 anos que demonstrava bastante lucidez. Dona T. adorava contar histórias, e cada uma delas é narrada com riqueza de detalhes, nomes e datas que a maioria precisaria de um esforço para recordar. Sua lucidez se manifesta não só na memória e no raciocínio, mas também na sua autonomia e na maneira como se relaciona com o mundo. Ela gosta de dançar, cantar e fazer artesanato. É uma pessoa muito alegre.

O que levanta um ponto importante de observação, a convivência entre idosos mais lúcidos e idosos com demência avançada em ambientes como casas de repouso,

apresenta uma série de desafios que podem afetar o bem-estar dos que mantêm suas faculdades cognitivas. Algumas vezes a Dona T. ouvia o que outra idosa, em estágio avançado de *Alzheimer*, tentava falar e dizia: “Não consigo entender nada do que ela fala, não faz sentido!”. As tentativas de diálogo por parte dos idosos mais lúcidos podem ser frustradas pela falta de coerência ou de resposta dos idosos com demência mais avançada, levando a um sentimento de isolamento social e solidão, mesmo estando cercados por outras pessoas.

No dia 28 de abril de 2025, foi realizada a quarta atividade de observação, com duração de quatro horas, das 13h30 às 17h30. Nesse dia, as idosas tiveram musicoterapia. Notável a estimulação cognitiva nas idosas, evidenciando como a música ativa a memória, atenção, raciocínio e linguagem. Foi interessante observar o impacto em idosas com demência ou *Alzheimer*, nas quais a música conseguiu evocar memórias afetivas profundas, mesmo quando outras formas de comunicação se mostravam ineficazes. Cantar músicas antigas claramente ajudou a melhorar alguns sintomas cognitivos. Independentemente do estágio da doença, todas as idosas participaram com alegria, cantando e batendo palmas no ritmo das músicas. Uma das participantes, embora não conseguisse cantar, expressava grande satisfação batendo palmas e rindo muito durante a cantoria.

2746

A professora soube integrar a atividade temática do Dia do Trabalhador ao repertório musical, fazendo correlações entre as letras das músicas e diversas profissões. Em um momento da aula, ela propôs uma atividade interativa: retirava um objeto de uma sacola e pedia para que as idosas o relacionassem a uma profissão. Por exemplo, ao mostrar um pincel, três idosas prontamente identificaram o objeto. No entanto, tiveram muita dificuldade em associá-lo à profissão de “pintor”. Outro exemplo foi com uma cartela de comprimidos. Ao perguntar “quem dá isso daqui para a gente tomar?”, uma idosa, com grande dificuldade, respondeu “cantor”. A professora questionou “Cantor?!” e a idosa justificou: “Sim, o cantor toma isso quando está com dor de garganta.” A professora persistiu, “Sim, mas quem dá isso para o cantor quando ele está com dor?”, mas a dificuldade permaneceu. Era perceptível que, muitas vezes, as idosas conseguiam nomear o objeto, mas não a profissão a ele associada. Ocorreu a mesma rotina de lanche da tarde e higiene pessoal, as cuidadoras são sempre muito atenciosas com as idosas.

No dia 02 de maio de 2025, foi realizada a última atividade de observação, com duração de quatro horas, das 13h30 às 17h30. No dia seguinte ao feriado, as idosas participaram de uma sessão de terapia holística, que incluiu massagem com óleo essencial de orégano. Segundo a terapeuta, o orégano é conhecido por suas propriedades que fortalecem o sistema imunológico. Após a terapia, as idosas fizeram o lanche da tarde e assistiram TV. Duas delas receberam visitas de familiares; uma até saiu para passear de carro com o filho. Em um momento, uma das idosas, devido à sua contenção, ficou bastante ansiosa e com tiques nas mãos. Eu a acalmei segurando sua mão e conversando com ela. Mais tarde, o filho de outra idosa, que é músico, veio visitá-la e trouxe um violão. Ele cantou várias músicas antigas para todas as idosas, que ficaram visivelmente animadas com a visita. Elas pediam incessantemente por mais uma música, mostrando o quanto gostaram da companhia e da apresentação. Ao me despedir, abracei cada uma das idosas; todas foram muito carinhosas e perguntaram quando eu voltaria. Não tive coragem de lhes dizer que era meu último dia.

Durante minhas observações na casa de repouso, pude perceber aspectos relevantes que impactam diretamente o bem-estar e a qualidade de vida das idosas. Um ponto notável foi a estimulação cognitiva através da musicoterapia. Foi emocionante observar como, mesmo entre aquelas com demência ou *Alzheimer* mais avançado, a música conseguia resgatar momentos de lucidez e alegria que outras formas de comunicação não alcançavam. A terapia holística e a fisioterapia também se destacaram por promoverem bem-estar físico e mental. Os momentos das visitas de familiares reforçaram a importância do apoio social e afetivo para a animação e bem-estar das idosas. Contudo, a observação também revelou os desafios inerentes à convivência entre idosas mais lúcidas e aquelas com doenças mais avançadas. As dificuldades de comunicação podem gerar frustração e isolamento para as residentes mais lúcidas. A situação de ansiedade e tiques em uma idosa devido à contenção física, que foi acalmada pelo toque e conversa, reforça a necessidade de atenção individualizada e estratégias para manejar o desconforto.

A casa de repouso parece se esforçar para oferecer um ambiente de cuidado, com atividades que beneficiam os idosos em diversos níveis.

2.2 OBSERVAÇÕES REALIZADAS PELA ALUNA JOSELMA NUNES SOUZA COSTA

No dia 02/04/2025 conheci as alunas, todas tinham um percentual grande de Alzheimer ou Demência, o estágio iniciava às 8 horas da manhã, as senhoras (total de 7) ainda estavam sonolentas, depois do café que iniciava 8:30, elas assistiam TV, as notícias do dia, a enfermeira chefe, observava para ver se não sentiam frio, se estava tudo bem com as internas.

No dia 03/04/2025 quando cheguei estavam tendo aula de artes com a Terapeuta Ocupacional, estavam desenhando e pintando um pássaro.

Em 09/04/2025, todas as quartas, observava que elas ainda estavam quietas, não costumavam conversar, algumas prestavam atenção na televisão, outras dormiam.

Em 10/04/2025 mais uma vez a aula de arte, nesse dia pintavam com sacos plásticos uma árvore, ouvindo músicas antigas, algumas cantarolavam e até mexiam o corpo, outras não queriam fazer essa atividade.

No dia 16/04/2025 cheguei às 8 horas da manhã, e elas estavam se preparando para tomar café com torradas e um mingau de aveia. Logo depois, foram para a sala assistirem às notícias do dia.

Em 17/04/2025 havia uma festinha para elas, onde familiares estavam presentes, elas dançaram com a ajuda de familiares e das enfermeiras que estavam no local, teve música ao vivo, cantata por pessoas contratadas, a mesa estava farta de coisas gostosas, foi uma tarde muito divertida.

Nesse dia (23/04/25), vieram alguns alunos de outras faculdades, para fazerem massagens e perfumaram os pés das internas, algumas a princípio não aceitaram, mas como viram a alegria das que aceitaram, logo estavam tirando as meias para massagearem seus pés.

Na tarde quinta (24/04/2025), vieram outras alunas de uma outra instituição, fazerem palestras sobre frutas e verduras, elas tocaram as frutas, sentiram o sabor, e quando perguntadas pelas alunas da onde elas lembravam das frutas, elas diziam de onde lembravam do sabor, achei uma dinâmica muito boa.

Na quarta (30/04/2025) a rotina sempre era a mesma, a lentidão era visível, algumas dormiam assistindo televisão, outras prestando atenção. As enfermeiras sempre atentas à postura delas nas poltronas. Chegou uma massagista holística, e iniciou massagens nas internas, deu para perceber que muitas relaxaram depois da massagem.

Último dia de estágio (01/05/2025), como sempre estavam felizes, pois tinham feito uma mesa muito bonita, em alusão ao Dia do Trabalho, algumas queriam ficar o tempo todo andando, outras queriam ouvir músicas antigas e cantarolavam junto com o rádio.

Minha avaliação do estágio - achei muito válido e uma experiência muito marcante, com certeza ficará para sempre em minha memória.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O processo de envelhecimento é multifacetado, abrangendo dimensões biológicas, psicológicas e sociais. Segundo Neri (2014), é fundamental considerar o envelhecimento como uma experiência subjetiva e contextualizada, influenciada por fatores como gênero, classe social e trajetória de vida.

A institucionalização de idosos, por sua vez, deve ser compreendida como uma medida complexa, muitas vezes associada à fragilidade das redes de apoio familiar. De acordo com Santos e Assis (2017), a entrada em uma ILPI pode gerar sentimentos de abandono, solidão e perda de autonomia, sendo essencial o desenvolvimento de estratégias de cuidado que fortaleçam o senso de pertencimento e dignidade.

A atuação do psicólogo em ILPIs inclui atividades de escuta qualificada, promoção de saúde mental, estimulação cognitiva e emocional, bem como apoio às equipes multiprofissionais. Conforme Bessa e Freitas (2016), é necessário respeitar os tempos e os silêncios das idosas, construindo vínculos a partir da empatia e da escuta ativa.

O estágio na Casa de Repouso revelou o quanto a presença do estagiário pode ser significativa na vida das residentes, mesmo que fosse apenas para observá-las, estavam felizes por nossa presença naquele lugar.

Muitas residentes apresentavam falas marcadas pela saudade, perdas e silêncios. Conforme Moragas (2004), o cuidado à saúde mental na velhice exige sensibilidade às experiências emocionais acumuladas ao longo do tempo. A construção de vínculos foi favorecida pela continuidade da presença e pela ética no cuidado com a intimidade das participantes.

Também se evidenciaram os limites e desafios da institucionalização, como a rotina padronizada, a escassez de recursos e a sobrecarga da equipe. Contudo, a atuação

conjunta entre supervisores e equipe institucional tornou possível a criação de espaços mais acolhedores, mesmo que temporários, para o bem-estar das idosas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estágio supervisionado na ILPI proporcionou uma rica vivência pessoal e profissional, permitindo a aproximação com a realidade de mulheres idosas em situação de institucionalização. A prática evidenciou a importância do olhar sensível e ético da Psicologia diante do envelhecimento e da vulnerabilidade social.

As observações revelaram um cenário complexo em relação ao envelhecimento, onde a qualidade do cuidado e a promoção do bem-estar são fundamentais. Ficou evidente que a instituição se esforça para oferecer um ambiente de suporte, incorporando diversas atividades terapêuticas para a manutenção das capacidades físicas e cognitivas das idosas.

A musicoterapia e a fisioterapia se destacaram como ferramentas de apoio importantes. A música, em particular, mostrou-se eficaz para a estimulação da memória e das emoções, especialmente em idosas com demência, resgatando momentos de lucidez e alegria. A fisioterapia, por sua vez, contribui diretamente para a autonomia e a prevenção de quedas, aspectos vitais para a qualidade de vida na velhice. A inclusão de terapias holísticas com óleos essenciais complementa essas abordagens, focando no relaxamento e no bem-estar integral, reconhecendo a interconexão entre corpo e mente.

A importância do apoio social e afetivo foi um ponto inegável. As visitas de familiares foram momentos de animação para as idosas, reforçando o papel insubstituível dos laços familiares na saúde mental das idosas. O carinho e a atenção das cuidadoras também se mostraram essenciais para criar um ambiente de segurança e afeto.

O estágio em contextos de longa permanência é uma experiência indispensável para a formação de psicólogos. Essas vivências ressaltam a necessidade de o psicólogo atuar como um agente facilitador do bem-estar psicossocial na velhice. Sua presença em instituições de longa permanência é necessária para ir além do cuidado físico, promovendo a saúde mental, a autonomia e a dignidade das idosas.

O psicólogo poderá aprofundar a compreensão das demandas emocionais e cognitivas individuais, desenvolver estratégias para melhorar as interações e mediar

conflitos, além de oferecer suporte tanto às idosas quanto às suas famílias e à equipe de cuidadores.

REFERÊNCIAS

BESSA, M. E. P.; FREITAS, F. F. de. A atuação do psicólogo junto à população idosa institucionalizada. *Psicologia em Revista*, v. 22, n. 2, p. 231-248, 2016.

CAMARANO, A. A. (Org.). *Novo regime demográfico: uma nova relação entre população e desenvolvimento?* Rio de Janeiro: IPEA, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). *Código de Ética Profissional do Psicólogo*. Brasília: CFP, 2005.

MORAGAS, R. *A velhice bem-sucedida: uma perspectiva gerontológica*. São Paulo: Paulus, 2004.

NERI, A. L. (Org.). *Velhice bem-sucedida: aspectos biológicos, psicológicos e sociais*. Campinas: Papirus, 2014.

OLIVEIRA, R. P. de; ALMEIDA, M. L. R.; SOUZA, L. A. S. de. Estágio supervisionado e formação profissional: contribuições para a construção da identidade docente. *Revista Formação*, v. 25, n. 40, p. 3-16, 2018.

SANTOS, A. J.; ASSIS, M. M. Institucionalização de idosos: aspectos psicossociais e desafios da atuação interdisciplinar. *Revista Kairós*, v. 20, n. 3, p. 125-140, 2017.