doi.org/10.51891/rease.v12i11.32687

ENTRE VÍNCULOS E ESCUTA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTÁGIO COM UM GRUPO DE PESSOAS IDOSAS NA UDA

BETWEEN BONDS AND LISTENING: AN INTERNSHIP EXPERIENCE REPORT WITH A GROUP OF OLDER ADULTS AT THE UDA

ENTRE VÍNCULOS Y ESCUCHA: RELATO DE UNA EXPERIENCIA DE PRÁCTICAS CON UN GRUPO DE PERSONAS MAYORES EN LA UDA

Renata Nayra Pereira Gomes[1]
Tainá Teixeira Cavalcante de Lima[2]

RESUMO: O envelhecimento populacional apresenta desafios à promoção da saúde mental das pessoas idosas, especialmente diante da solidão, do isolamento social e da fragilidade das redes de apoio. Nesse contexto, os grupos de convivência podem favorecer a socialização e o fortalecimento de vínculos. Objetivo: Relatar e analisar criticamente uma experiência de estágio em Psicologia com pessoas idosas em uma Unidade Docente Assistencial (UDA), com foco na escuta, na construção de vínculos e na promoção da saúde mental. Métodos: Relato de experiência, de abordagem qualitativa e caráter descritivo-reflexivo, desenvolvido na Atenção Primária à Saúde. As informações foram obtidas por observação participante, registros de estágio e análise do relatório final. As atividades envolveram rodas de conversa, música, expressão de sentimentos, meditação, respiração e relaxamento. Resultados: As atividades proporcionaram momentos de escuta, acolhimento, expressão emocional e compartilhamento de experiências, favorecendo a participação coletiva e o fortalecimento de vínculos sociais. Discussão: A experiência evidencia o potencial dos grupos como espaços de socialização, pertencimento e cuidado coletivo, destacando a atuação da Psicologia na escuta qualificada e valorização das experiências. Conclusões: As atividades grupais constituem estratégias relevantes de promoção da saúde mental e participação social, contribuindo também para a formação acadêmica e profissional em Psicologia.

Palavras-chave: Saúde mental. Pessoas idosas. Grupos de convivência.

ABSTRACT: Population aging presents challenges to promoting older adults' mental health, particularly in the face of loneliness, social isolation, and weakened support networks. In this context, social groups can encourage socialization and strengthen social bonds. Objective: To report and critically analyze a Psychology internship experience with older adults at a Teaching Assistance Unit (UDA), focusing on listening, building social bonds, and promoting mental health. Methods: A qualitative, descriptive-reflective experience report conducted in Primary Health Care. Information was obtained through participant observation, internship records, and analysis of the final report. Activities included group discussions, music, emotional expression, meditation, breathing, and relaxation. Results: The activities provided opportunities for listening, welcoming, emotional expression, and sharing experiences, encouraging collective participation and strengthening social bonds. Discussion: The experience highlights the potential of social groups as spaces for socialization, belonging, and collective care, emphasizing Psychology's role in qualified listening and valuing participants' experiences. Conclusions: Group activities constitute relevant strategies for promoting mental health and social participation, while also contributing to academic and professional training in Psychology.

Keywords: Mental health. Older adults. Social groups.

[1] Graduanda em Psicologia. Centro Universitário Mario Pontes Jucá (UMJ).
[2] Doutora em Sociedade, Tecnologias e Políticas Públicas. Professora orientadora no Centro Universitário Mario Pontes Jucá (UMJ).

RESUMEN: El envejecimiento poblacional plantea desafíos para la promoción de la salud mental de las personas mayores, especialmente ante la soledad, el aislamiento social y la fragilidad de las redes de apoyo. En este contexto, los grupos de convivencia pueden favorecer la socialización y el fortalecimiento de vínculos. Objetivo: Relatar y analizar críticamente una experiencia de prácticas en Psicología con personas mayores en una Unidad Docente Asistencial (UDA), centrada en la escucha, la construcción de vínculos y la promoción de la salud mental. Métodos: Relato de experiencia, de enfoque cualitativo y carácter descriptivo-reflexivo, desarrollado en la Atención Primaria de Salud. La información se obtuvo mediante observación participante, registros de prácticas y análisis del informe final. Las actividades incluyeron conversaciones grupales, música, expresión de sentimientos, meditación, respiración y relajación. Resultados: Las actividades proporcionaron momentos de escucha, acogida, expresión emocional e intercambio de experiencias, favoreciendo la participación colectiva y el fortalecimiento de vínculos sociales. Discusión: La experiencia evidencia el potencial de los grupos como espacios de socialización, pertenencia y cuidado colectivo, destacando la actuación de la Psicología en la escucha cualificada y la valoración de las experiencias. Conclusiones: Las actividades grupales constituyen estrategias relevantes para promover la salud mental y la participación social, contribuyendo también a la formación académica y profesional en Psicología.

Palabras clave: Salud mental. Personas mayores. Grupos de convivencia.

1 INTRODUÇÃO

A população mundial tem envelhecido de forma acelerada, configurando uma das principais transformações sociais atuais, com impactos nas esferas social, econômica e da saúde pública (WHO, 2023). No Brasil, esse processo ocorre de forma expressiva, demandando ampliação de ações de cuidado, proteção e promoção da saúde das pessoas idosas (IBGE, 2023).

Esse processo, contudo, não é homogêneo: é atravessado por condições sociais, econômicas, culturais, familiares e relacionais que podem incluir perdas afetivas, adoecimento, mudanças na rotina, aposentadoria, redução da participação social, solidão e fragilização das redes de apoio, fatores associados a sofrimento emocional, ansiedade e depressão (WHO, 2017). Tais experiências não são consequências obrigatórias da velhice, e o idadismo (estereótipos, preconceitos e discriminações por idade) pode agravar exclusão social e prejudicar a saúde mental (WHO, 2021). Em contrapartida, em sociedades tradicionais as pessoas idosas frequentemente ocupam posições de reconhecimento e respeito, o que reforça a necessidade de ressignificar o lugar social da velhice e promover inclusão e pertencimento (Diamond, 2014).

Nesse cenário, a promoção da saúde mental deve ultrapassar o tratamento de doenças e favorecer autonomia, participação social, convivência comunitária, expressão emocional e fortalecimento de redes de apoio. A Atenção Primária à Saúde (APS) é um espaço privilegiado para essas ações, por seu alcance territorial e capacidade de articular estratégias de cuidado às necessidades da comunidade. Entre elas, destacam-se os grupos de convivência e promoção da saúde mental, que favorecem escuta, acolhimento, troca de experiências e vínculos sociais,

contribuindo para socialização, participação e construção de redes de apoio (Oliveira; Santo, 2025). A escuta tem papel central: na Psicologia, escutar implica acolher a experiência do outro, respeitar seu tempo e reconhecer sua subjetividade, favorecendo práticas humanizadas e comprometidas com autonomia e direitos das pessoas idosas (CFP, 2025).

Este relato de experiência justifica-se pela necessidade de ampliar reflexões sobre práticas coletivas de promoção da saúde mental voltadas às pessoas idosas na APS. Relatos desenvolvidos em serviços de saúde permitem compreender como essas práticas são construídas no cotidiano, suas possibilidades e desafios. A análise da experiência vivenciada na Unidade Docente Assistencial (UDA) em Maceió/AL pode contribuir para valorizar ações de escuta, acolhimento, socialização e fortalecimento de vínculos no cuidado à população idosa. O estágio incluiu atividades grupais (rodas de conversa, música, expressão de sentimentos, meditação, respiração e relaxamento), que possibilitaram observar diferentes formas de participação e interação, além de favorecer reflexões sobre vínculos e escuta no cuidado em saúde mental. Academicamente, o relato permite articular teoria e prática, desenvolvendo habilidades de planejamento, comunicação, escuta, acolhimento e condução de grupos, e reforçando a importância do trabalho psicológico em contextos comunitários e de saúde pública.

Diante disso, este artigo busca responder à seguinte questão: quais contribuições podem ser observadas nas atividades grupais de promoção da saúde mental com pessoas idosas, especialmente no que se refere à escuta, à socialização e à construção de vínculos? O objetivo geral é relatar e analisar criticamente uma experiência de estágio em Psicologia desenvolvida com um grupo de pessoas idosas em uma Unidade Docente Assistencial, com foco na escuta, na construção de vínculos e na promoção da saúde mental. Como objetivos específicos, busca-se descrever as atividades realizadas, analisar as interações e manifestações de participação observadas no grupo e refletir sobre as contribuições das práticas grupais para a formação em Psicologia e para o cuidado em saúde mental na APS.

2 MÉTODOS

O presente estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de caráter descritivo e exploratório, fundamentada em um relato de experiência vivenciado durante estágio observacional realizado no curso de Psicologia. A abordagem qualitativa foi escolhida por possibilitar a compreensão de experiências, percepções e relações sociais presentes no contexto estudado. Segundo Minayo (2014), a pesquisa qualitativa busca compreender

significados, valores e aspectos subjetivos das relações humanas. Quanto aos objetivos, a pesquisa caracteriza-se como exploratória por proporcionar maior familiaridade com o problema investigado, favorecendo o aprimoramento de ideias e a compreensão do fenômeno estudado, e como descritiva por buscar a descrição das características de determinada população ou experiência, possibilitando uma análise do contexto pesquisado (Gil, 2002).

A pesquisa foi realizada na UDA, inserida no contexto da APS, a partir da observação de um grupo de convivência e apoio destinado à população idosa. As informações foram obtidas por meio da observação em média de 10 a 15 participantes, que variava de acordo com a frequência durante as atividades grupais e da análise do relatório final de estágio, contendo registros das experiências vivenciadas, interações observadas e reflexões construídas ao longo do processo. Conforme Gil (2002), a observação participante possibilita maior aproximação com a realidade investigada e favorece a compreensão das experiências sociais observadas.

Os dados foram organizados e analisados por meio da análise temática, técnica utilizada para identificar e interpretar padrões de sentido presentes nos dados qualitativos. De acordo com Bardin (2016), essa técnica permite a construção de categorias de análise que auxiliam na compreensão dos significados expressos nas experiências observadas. Dessa forma, foram analisadas categorias relacionadas à socialização, fortalecimento de vínculos, sentimento de pertencimento e redução do isolamento social.

Por se tratar de um relato de experiência sem identificação dos participantes, foram respeitados os princípios éticos da pesquisa, assegurando anonimato, sigilo e confidencialidade das informações.

3 RESULTADOS

A experiência de estágio foi desenvolvida entre agosto e novembro de 2024, em uma Unidade Docente Assistencial localizada em Maceió/AL, no contexto da Atenção Primária à Saúde. Os encontros ocorriam semanalmente, às sextas-feiras, em uma sala disponibilizada pela faculdade. Cada atividade tinha duração média de 60 minutos e era conduzida sob supervisão de uma psicóloga e assistente social do serviço. A participação variou entre 10 e 15 pessoas idosos por encontro, conforme registrado nos relatórios de estágio. As informações foram obtidas por meio da observação participante, dos registros de estágio e da análise do relatório final. A partir da análise temática dos dados, foram construídas quatro categorias: socialização e participação;

escuta e expressão emocional; fortalecimento de vínculos e sentimento de pertencimento; e limites e desafios das práticas grupais.

3.1 Socialização e participação

No que se refere à socialização e participação, observaram-se interações entre os participantes durante as atividades grupais, incluindo trocas verbais, escuta mútua e engajamento nas propostas. Ao longo dos encontros, os participantes estabeleceram conversas espontâneas antes do início das atividades formais, compartilhando experiências cotidianas, notícias sobre a saúde e acontecimentos familiares.

Durante as rodas de conversa, a maioria dos idosos manifestava-se voluntariamente, embora alguns permanecessem mais reservados, participando principalmente por meio da escuta. Em momentos nos quais um participante relatava dificuldades relacionadas à solidão ou ao afastamento familiar, outros membros do grupo ofereciam acolhimento, validando a experiência compartilhada e relatando vivências semelhantes.

Acompanhar esses momentos contribuiu para a formação acadêmica, pois possibilitou relacionar os conteúdos discutidos em sala de aula sobre envelhecimento e participação social às experiências observadas durante o estágio. Na prática, foi possível perceber que a participação dos idosos se expressava tanto nas manifestações verbais quanto na disposição para acompanhar as atividades e interagir com os demais integrantes. Essa experiência ampliou minha compreensão sobre a importância de considerar as diferentes formas de envolvimento dos participantes, sem restringir a avaliação da participação daqueles que falavam com maior frequência.

Tais observações são sustentadas por Oliveira e Santo (2025), que destacam o papel dos espaços grupais na promoção da participação social e na construção de redes de apoio entre pessoas idosas. A socialização observada no grupo não se limitou à convivência superficial, mas incluiu momentos de escuta qualificada e expressão de necessidades emocionais, aspectos associados ao bem-estar psicológico na velhice.

Wichmann *et al.* (2013), ao investigarem a participação de pessoas idosas em grupos de convivência no Brasil e na Espanha, destacam a importância das relações sociais como fonte de apoio e satisfação com a vida. Essa discussão se aproxima da experiência observada no estágio, na qual a participação acontecia de diferentes formas, incluindo as conversas espontâneas, o compartilhamento de experiências e a escuta dos demais integrantes.

3.2 Escuta e expressão emocional

Quanto à escuta e expressão emocional, foram identificados momentos em que os participantes compartilharam sentimentos, vivências e percepções sobre o envelhecimento e a saúde mental. Nas atividades de expressão de sentimentos, os idosos eram estimulados a identificar e nomear emoções presentes naquele momento, utilizando recursos verbais e, em algumas ocasiões, expressões corporais.

Observou-se que, inicialmente, alguns participantes demonstravam resistência em falar sobre emoções, utilizando expressões genéricas. Contudo, à medida que os encontros avançavam e o clima de confiança se estabelecia, relatos mais profundos emergiram, incluindo menções a perdas afetivas, saudade de familiares, preocupações com a saúde e sentimentos de inutilidade.

Uma situação vivenciada durante o estágio chamou a atenção pela maneira como a expressão do sofrimento foi acolhida pelas próprias integrantes do grupo. Em determinado encontro, uma idosa chegou bastante triste e chorosa, despertando a atenção das colegas, que se aproximaram e perguntaram o que havia acontecido. Ao compartilhar sua situação, relatou sofrer diante da hospitalização do filho, que possui diabetes e enfrentava a possibilidade de amputação de um dos pés. Enquanto ela falava sobre sua preocupação, as demais participantes compartilharam experiências, ofereceram conselhos e permaneceram envolvidas na conversa. Ao longo desse momento, observou-se que a idosa foi diminuindo o choro e passou a acompanhar as falas das colegas.

Maynart *et al.* (2014) destaca que a escuta qualificada possui potencial terapêutico ao favorecer o acolhimento e o cuidado centrado nas necessidades de quem vivencia o sofrimento. Essa compreensão se relaciona à situação observada no grupo, em que a participante encontrou espaço para compartilhar sua preocupação e foi acolhida pelas demais integrantes. A experiência permitiu perceber que, em determinados momentos, a disponibilidade para ouvir e reconhecer o sofrimento do outro pode ser tão importante quanto a busca por respostas ou soluções imediatas.

Essa situação contribuiu para a compreensão da importância da escuta e do compartilhamento de experiências no contexto grupal, evidenciando como essas manifestações podem ocorrer espontaneamente nas relações entre os participantes. A experiência também possibilitou refletir sobre a importância de oferecer espaço para que o sofrimento seja expresso e acolhido, sem pressupor que a apresentação de conselhos ou soluções seja suficiente para

resolver a dificuldade vivenciada. Embora tenha sido observada uma redução do choro naquele momento, essa mudança pontual não permite concluir que o sofrimento da participante tenha sido superado, mas evidencia que sua manifestação emocional encontrou espaço para expressão e acolhimento no grupo.

A escuta, nesse contexto, foi compreendida não apenas como ausência de fala, mas como uma postura ativa de atenção, acolhimento e respeito às experiências compartilhadas. Essa perspectiva dialoga com as referências técnicas para atuação de psicólogas(os) junto às pessoas idosas nas políticas públicas (Conselho Federal de Psicologia, 2025), ao fundamentar a importância de uma atuação profissional comprometida com as particularidades e necessidades das pessoas idosas. Durante as atividades, os estagiários e os profissionais do serviço mediaram as falas quando necessário, buscando favorecer a expressão dos participantes, o respeito às diferentes experiências e a ausência de julgamentos. A situação relatada também evidenciou a participação ativa das próprias idosas no acolhimento umas das outras, demonstrando que o apoio no contexto grupal não se restringia à atuação dos profissionais, mas também se expressava nas interações entre as integrantes.

3.3 Fortalecimento de vínculos e sentimento de pertencimento

No que se refere ao fortalecimento de vínculos e ao sentimento de pertencimento, identificaram-se indícios de aproximação afetiva entre os participantes e de identificação com o grupo. Ao longo do estágio, foram observados comportamentos que sugerem a construção de vínculos, como cumprimentos calorosos na chegada, perguntas sobre o bem-estar de colegas ausentes e demonstrações de preocupação mútua.

Em alguns encontros, participantes relataram sentir-se acolhidos no grupo e expressaram satisfação em retornar semanalmente. Alguns mencionaram que o espaço grupal adquiriu significado afetivo e passou a fazer parte de sua rotina, proporcionando momentos de descontração e a oportunidade de se afastarem temporariamente das preocupações cotidianas.

Esses aspectos também puderam ser observados em atividades que valorizavam a música e as manifestações culturais. Em um dos encontros, a utilização de músicas de diferentes estilos, incluindo o forró, mobilizou os participantes para dançar, compartilhar risadas e recordar experiências de suas trajetórias de vida. O momento favoreceu a interação espontânea entre os idosos e permitiu observar como referências musicais presentes em suas histórias pessoais podiam estimular a participação e a convivência.

Outra experiência significativa ocorreu durante uma atividade com literatura de cordel, na qual uma das participantes apresentou e interpretou uma composição de sua própria autoria. Sua apresentação evidenciou a presença de conhecimentos, habilidades e produções culturais que os idosos podem compartilhar no espaço grupal, ocupando uma posição ativa na atividade. A experiência permitiu reconhecer a importância de criar oportunidades para que os participantes expressem suas potencialidades e compartilhem aspectos de suas identidades e histórias de vida.

Na perspectiva da Logoterapia de Viktor Frankl, o ser humano pode encontrar sentido por meio dos valores criativos, relacionados àquilo que a pessoa realiza e oferece ao mundo, e dos valores vivenciais, associados às experiências e aos encontros significativos (Frankl, 2022). Nesse contexto, a apresentação do cordel e as atividades musicais permitiram refletir sobre a importância de reconhecer as capacidades, os interesses e as contribuições das pessoas idosas, considerando que o envelhecimento não elimina as possibilidades de participação e realização pessoal.

O acompanhamento dessas atividades durante o estágio possibilitou refletir sobre a relevância dos elementos culturais na construção de espaços de convivência que valorizem a autonomia e a participação das pessoas idosas. A música, a dança e o cordel constituíram recursos por meio dos quais os participantes puderam se expressar, compartilhar experiências e contribuir ativamente para os encontros. Essas vivências ampliaram a compreensão de que o fortalecimento dos vínculos também pode ocorrer por meio de atividades que reconheçam os interesses, os saberes e as expressões culturais dos integrantes.

As experiências observadas também se aproximam das discussões apresentadas por Morais (2009), que aborda a atuação da Psicologia em grupos de pessoas idosas, destacando as possibilidades de enfrentamento das dificuldades relacionadas ao envelhecimento e de construção de redes de suporte psicossocial. Essa perspectiva contribui para compreender a importância dos espaços coletivos como oportunidades de convivência, apoio e valorização das capacidades dos participantes.

A valorização dessas experiências também pode ser compreendida a partir de uma perspectiva mais ampla sobre o lugar social da pessoa idosa. A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2021) discute como os estereótipos e preconceitos relacionados à idade podem comprometer a participação e a inclusão social, enquanto Diamond (2014) apresenta reflexões sobre as diferentes formas de reconhecimento das pessoas idosas nas sociedades tradicionais.

Essas contribuições permitem refletir sobre a importância de espaços que reconheçam as pessoas idosas não apenas pelas necessidades de cuidado, mas também por seus conhecimentos, experiências e possibilidades de participação.

Dessa forma, as experiências vivenciadas durante o estágio sugerem que as atividades grupais podem favorecer o sentimento de pertencimento ao proporcionar oportunidades de convivência, expressão e valorização das contribuições individuais. Ressalta-se, entretanto, que essas observações se referem à experiência acompanhada durante o estágio e não permitem, isoladamente, estabelecer uma relação causal entre as atividades realizadas e o fortalecimento dos vínculos.

3.4 Limites e desafios das práticas grupais

Em relação aos limites e desafios das práticas grupais, identificaram-se diferenças na forma e na intensidade da participação dos idosos durante a experiência de estágio. Embora as atividades proporcionem oportunidades de interação e compartilhamento de experiências, nem todos os participantes se envolvem da mesma maneira. Alguns mantinham uma postura mais reservada, participando principalmente por meio da escuta, enquanto outros se manifestavam com maior frequência durante as discussões.

Nesse contexto, uma das situações que exigiram atenção na condução do grupo envolveu uma participante que costumava se expressar frequentemente e, por vezes, interrompia as falas dos colegas ou apresentava opiniões críticas sobre suas colocações. Em alguns momentos, essa dinâmica gerava divergências e dificultava a continuidade das falas dos demais integrantes. A participante, entretanto, era acolhida no grupo, o que exigia cuidado na condução das interações, de modo a preservar sua participação sem comprometer o espaço de expressão dos outros idosos.

Diante dessas situações, eram realizadas intervenções com o objetivo de favorecer a compreensão de que uma mesma situação pode ser percebida de maneiras diferentes por cada pessoa. Também se buscava estimular a reflexão sobre a importância de ter cuidado com as palavras utilizadas, considerando que determinadas falas podem afetar os sentimentos dos demais participantes. Essas intervenções procuravam promover o respeito às diferentes perspectivas e favorecer uma convivência pautada na escuta e na consideração pelo outro.

Beleza e Soares (2019), que abordam o envelhecimento a partir da teoria de campo de Kurt Lewin e da dinâmica de grupos, considerando a importância das relações estabelecidas entre os participantes. Nessa perspectiva, a compreensão das interações grupais envolve

reconhecer as particularidades individuais e a influência das relações na dinâmica coletiva. Essa discussão contribui para refletir sobre os desafios observados durante o estágio, especialmente quanto à necessidade de mediar as falas, respeitar as diferentes opiniões e favorecer a participação dos integrantes.

A experiência evidenciou um dos desafios das práticas grupais: equilibrar as diferentes formas de participação e assegurar que todos tivessem a oportunidade de se expressar. A situação também possibilitou compreender que o acolhimento das particularidades individuais precisa estar associado à mediação das interações, especialmente quando surgem divergências ou manifestações que podem gerar desconforto entre os integrantes.

Como experiência formativa, essa vivência contribuiu para a compreensão de que a condução de grupos exige mais do que o planejamento das atividades. É necessário observar as relações que se estabelecem durante os encontros e intervir de maneira cuidadosa quando as interações podem limitar a participação ou afetar os demais integrantes. Dessa forma, o manejo grupal envolve reconhecer as diferenças individuais, incentivar a reflexão sobre as próprias falas e construir condições para uma convivência respeitosa, sem constranger ou excluir qualquer participante.

3.5 Articulação entre teoria e prática: contribuições e limites da experiência de estágio

A experiência de estágio possibilitou aproximar os conhecimentos construídos durante a formação acadêmica da realidade vivenciada no grupo de pessoas idosas. Essa aproximação permitiu compreender que a atuação psicológica não se limita à aplicação de atividades previamente planejadas, exigindo também observação, escuta e capacidade de responder às necessidades que surgem durante as interações.

As vivências contribuíram para ampliar a compreensão sobre a heterogeneidade do envelhecimento e sobre a necessidade de considerar as particularidades de cada participante. As diferentes formas de participação, expressão e interação observadas durante os encontros evidenciaram que a condução de atividades grupais exige flexibilidade e respeito aos limites individuais. Essa percepção dialoga com a discussão sobre a atuação psicológica com pessoas idosas nas políticas públicas, apresentada pelo Conselho Federal de Psicologia (2025).

A experiência também permitiu compreender que a dinâmica grupal envolve possibilidades e desafios. Embora as atividades favorecessem a convivência e o compartilhamento de experiências, as diferenças de opinião e de comunicação exigiam

intervenções cuidadosas para preservar o respeito e a participação de todos. Nesse sentido, a prática contribuiu para reconhecer a importância do manejo grupal e da postura ética na mediação das relações. As observações podem ser discutidas em diálogo com Oliveira e Santo (2025), considerando as contribuições e os limites das práticas grupais no contexto da Atenção Primária à Saúde.

Outro aprendizado relevante foi reconhecer os limites das observações realizadas. A participação dos idosos nas atividades e as manifestações de apoio entre eles permitiram identificar aspectos importantes da convivência grupal, mas não foram suficientes para afirmar a existência de mudanças duradouras na saúde mental ou no bem-estar dos participantes. Essa compreensão reforçou a importância de distinguir aquilo que foi efetivamente observado das interpretações construídas a partir da experiência.

Dessa forma, o estágio representou uma oportunidade de aprendizagem que ultrapassou a aplicação dos conhecimentos teóricos, favorecendo a compreensão da complexidade da atuação psicológica em contextos coletivos. A experiência contribuiu para o desenvolvimento de uma postura profissional mais atenta às singularidades, aos limites da intervenção e às necessidades que emergem na prática, evidenciando a importância de articular conhecimento científico, reflexão crítica e compromisso ético.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente relato de experiência teve como objetivo analisar criticamente as contribuições das atividades grupais desenvolvidas com pessoas idosas em uma Unidade Docente Assistencial, no contexto da Atenção Primária à Saúde. A partir das observações realizadas durante o estágio, foi possível compreender que esses espaços podem contribuir para a socialização, a expressão emocional e a construção de relações de apoio, considerando as diferentes formas de participação e as necessidades apresentadas pelos integrantes.

Entre os aspectos observados, destacou-se que o acolhimento não se restringia à atuação dos profissionais, mas também se manifestava nas relações estabelecidas entre os próprios participantes. Essa experiência permitiu reconhecer que o cuidado em saúde mental pode estar presente nas interações cotidianas, por meio da escuta, do respeito às diferenças e do compartilhamento de experiências. Também possibilitou refletir sobre a importância de valorizar as capacidades, os conhecimentos e as histórias de vida das pessoas idosas,

reconhecendo suas possibilidades de participação para além das dificuldades associadas ao envelhecimento.

No âmbito da formação acadêmica, o estágio proporcionou a aproximação entre teoria e prática, contribuindo para a compreensão dos desafios envolvidos na condução de grupos. As diferentes formas de participação e as situações que exigiram mediação demonstraram que a atuação psicológica requer flexibilidade, atenção às particularidades individuais e uma postura ética diante das relações estabelecidas. Essas vivências ampliaram a compreensão sobre a importância de considerar não apenas o planejamento das atividades, mas também as necessidades que surgem durante os encontros.

Ressalta-se que os resultados correspondem a uma experiência específica, desenvolvida em uma única Unidade Docente Assistencial e em um período delimitado. Por se tratar de um relato baseado na observação participante e nos registros de estágio, não foi possível avaliar mudanças duradouras na saúde mental ou estabelecer relações causais entre as atividades realizadas e o fortalecimento dos vínculos. Ainda assim, a experiência contribuiu para a reflexão sobre as possibilidades das práticas grupais na Atenção Primária à Saúde, especialmente quanto à importância de reconhecer as pessoas idosas em suas singularidades, potencialidades e participação no cuidado coletivo.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BELEZA, Cinara Maria Feitosa; SOARES, Sônia Maria. A concepção de envelhecimento com base na teoria de campo de Kurt Lewin e a dinâmica de grupos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 8, 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-812320182482.30192017. Acesso em: 28 out. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília, DF: CNS, 2016.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) junto às pessoas idosas nas políticas públicas**. 1. ed. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2025.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido:** um psicólogo no campo de concentração. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2022.

DIAMOND, Jared. **O mundo até ontem:** o que podemos aprender com as sociedades tradicionais? 1. ed. Rio de Janeiro: Record, 2014.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Censo Demográfico 2022:** Pessoas idosas com 60 anos ou mais de idade. Rio de Janeiro: IBGE, 2023.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

MAYNART, Willams Henrique da Costa et al. A escuta qualificada e o acolhimento na atenção psicossocial. Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 300-304, 2014. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1982-0194201400051. Acesso em: 21 out. 2026.

MORAIS, Olga Nazaré Pantoja de. Grupos de idosos: atuação da psicogerontologia no enfoque preventivo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 29, n. 4, p. 846-855, 2009. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000400014. Acesso em: 28 out. 2026.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento:** pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

OLIVEIRA, Carolina de Faria; SANTO, Fátima Helena do Espírito Santo. Práticas grupais para a saúde mental de idosos no contexto da Atenção Primária de Saúde no Brasil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Ouro Fino, v. 25, e17947, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.25248/REAS.e17947.2025. Acesso em: 17 mar. 2026.

WICHMANN, Francisca Maria Assmann; COUTO, Anelie Nunes; AREOSA, Silvia Virgínia Coutinho; MONTAÑÉS, Maria Concepción Menéndez. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, 2013. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000400016. Acesso em: 21 out.2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental health of older adults**. Geneva: WHO, 2023. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults. Acesso em: 2 jun. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and other common mental disorders:** global health estimates. Geneva: World Health Organization, 2017. Disponível em: https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610. Acesso em: 17 mar. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global report on ageism.** Geneva: World Health Organization, 2021.