

Oficinas teatrais na promoção de saúde e bem-estar

A.P. Carvalho^{1*}; M.R. Gonçalves¹, J.D. Terra¹

¹Instituto Federal Fluminense campus Campos Centro

*paes.carvalho@gsuite.iff.edu.br

O presente resumo relata a experiência das oficinas teatrais realizadas com os idosos do Projeto Vitalidade, no Instituto Federal Fluminense campus Campos Guarus, localizado na periferia da cidade de Campos dos Goytacazes - RJ. O projeto de extensão do eixo temático Saúde reúne cerca de 60 idosos moradores da comunidade que residem no entorno do campus. Desde de 2010, às terça-feira, o projeto desenvolve atividades que promovem o bem-estar, a melhoria na qualidade de vida e a integração entre a comunidade externa e interna do campus. Entre as atividades estão ações preventivas de saúde com estudantes do curso técnico em Enfermagem, palestras, oficinas, atividades físicas e artístico-culturais, dentre elas, as oficinas de teatro. Nos encontros com o grupo, os participantes respondem positivamente às conduções dos jogos, adequando suas limitações físicas às propostas, sempre com respostas criativas e espontâneas. Além da ludicidade, as oficinas teatrais contribuem para a promoção da qualidade de vida, porque são propostos alongamentos, exercícios corporais de relaxamento muscular, jogos teatrais que trabalham a interação em grupo, aprimorando a atenção, a memória, o reflexo, o raciocínio, a percepção, a imaginação, a improvisação e a expressão corporal. Segundo Carmela Soares, no trabalho pedagógico com as pessoas idosas é necessário construir uma nova relação com o tempo, com o espaço e com os corpos que estão em jogo. Os autores observam durante as conduções das oficinas como os membros do projeto constroem novas relações, com o tempo, com o espaço, com o próprio corpo e sua relação com o do outro. A linguagem teatral proporciona oportunidades de vivenciar experiência artística, rompendo o círculo de solidão; supera a depressão decorrida pelas diferentes perdas no processo de envelhecimento; deseja aprender algo novo e se manter atualizado; participa de uma atividade coletiva que se propõe manter em movimento. Outro motivo observado, que levou alguns deles a frequentar cada vez mais as oficinas de teatro, foi a alegria e o entusiasmo que reconheceram nos colegas e em si mesmos, durante as improvisações, ou seja, o desejo de compartilhar e viver experiências semelhantes.

Palavras-chave: Teatro, Terceira idade, Qualidade de vida.

Instituição de fomento: IFFluminense.