

Brinca que Melhora: promoção da saúde por meio de atividades lúdicas

Leila Brito Bergold¹

Fernando Mota Pinto²

Wannessa Martins de Almeida³

Karla Gualberto Silva²

Gizele da Conceição Soares Martins¹

¹ Docente do Curso de Enfermagem e Obstetrícia/UFRJ-Macaé;

² Enfermeiro egresso do Curso de Enfermagem e Obstetrícia/UFRJ-Macaé;

³ Médica egressa do Curso de Medicina/UFRJ-Macaé;

O projeto Brinca que Melhora iniciou a partir do desejo de um estudante universitário de realizar uma atividade que promovesse alegria e bem-estar a crianças hospitalizadas. Essa iniciativa teve o acolhimento e o respaldo de uma professora do Curso de Enfermagem e Obstetrícia do *Campus* UFRJ-Macaé, que buscou, na perspectiva extensionista, outra via de aprendizagem, ampliando o processo de ensino universitário ao incluir aspectos da arte, cultura e formação humanística.

O relato a seguir é o resultado de diferentes vozes que dialogaram durante todo o processo de criação e desenvolvimento do Brinca que Melhora. Esse caminho foi o resultado do compartilhamento de conhecimento, ideias e ações de discentes e docentes. Todos foram autores e sujeitos desse projeto desde o início, sendo a elaboração deste capítulo mais um momento de compartilhamento e reflexão.

ORIGEM E DESENVOLVIMENTO

O Brinca que Melhora nasceu em 2012, em uma perspectiva interdisciplinar, com cinco voluntários dos cursos de Enfermagem e Obstetrícia, Medicina e Nutrição. Iniciou-se com a finalidade de promover humanização da assistência por meio de atividades lúdicas em uma unidade pública de internação pediátrica em Macaé.

O desejo discente inicial, a vontade de fazer algo que fosse além das disciplinas científicas do ciclo básico da graduação em enfermagem, foi o que impulsionou a formação do projeto. Esse “tempero a mais” foi inspirado em grupos que atuavam como palhaços em hospitais, como os Doutores da Alegria e Terapia da Alegria. A partir dessa ideia, com a supervisão da coordenadora, começaram os preparativos do grupo de alunos voluntários para o desenvolvimento do projeto. Inicialmente realizou-se a ambiência da unidade de internação, foram verificadas as patologias mais prevalentes e feito o levantamento do tempo médio de internação das crianças. O que nos movia era a vontade de tornar a enfermaria um lugar mais agradável e, acima de tudo, menos tedioso, mais alegre e com mais vida.

Nesse início, os preparativos incluíram grupo de estudo e treinamento específico, que visava ampliar o conhecimento sobre humanização hospitalar, abordagem interpessoal e infecção hospitalar. Para que as atividades lúdicas progredissem, seria necessário que habilidades baseadas na figura do palhaço

fossem desenvolvidas. Para fins de treinamento de palhaços, contamos com a parceria do projeto *Ciênica*, coordenado pelo Professor Leonardo Moreira do *Campus* UFRJ-Macaé. No contexto dessa parceria, fomos convidados a participar do *workshop* "A Comicidade do Palhaço", que proporcionou tanto a oportunidade de criação do personagem palhaço quanto o entendimento de como utilizar essa habilidade para promover humanização no ambiente de internação pediátrica. Cada integrante da equipe, além disso, empenhou-se em aprender a fazer sua maquiagem de palhaço, criando de tal modo uma identidade própria.

É importante mencionar que jalecos customizados com cores e bordados foram criados com a ajuda da família do acadêmico fundador do projeto, o qual também conseguiu patrocinador anônimo para a compra de brinquedos que pudessem facilitar a aproximação com as crianças, tais como tubos de bolhas de sabão, pequenos chocalhos e bichos, entre outros feitos de plástico, dada a necessidade de higienização dos objetos.

Ressalta-se que a figura do palhaço age dentro do espaço hospitalar como um meio de "fuga da realidade" em razão do modo pelo qual enxerga o ambiente à sua volta. O palhaço carrega consigo o poder de modificar o ambiente da rotina para o riso.

Desenvolvidas semanalmente na unidade pediátrica, as atividades do projeto, além da atenção direta oferecida às crianças e aos familiares, sempre que possível, mediante ações lúdicas, envolviam brincadeiras que, empregadas como uma ferramenta de auxílio aos profissionais de saúde, objetivavam distraí-las durante procedimentos mais invasivos que provocavam sofrimento. Além disso, procurava-se também estimular as crianças a comer no horário das refeições, já que, em virtude da dor e do ambiente desconhecido, frequentemente se recusavam a se alimentar.

Em 2013 duas importantes mudanças ocorreram: a) a entrada de uma nova professora do curso de enfermagem como colaboradora, que passou a desenvolver coordenação compartilhada a partir de 2015 e b) o novo olhar, dirigido pelo projeto, à promoção de saúde e envelhecimento saudável dos idosos de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), que contava com poucas atividades. Tal mudança revelou-se uma importante oportunidade de experimentar novas possibilidades de atuação ao promover a qualidade de vida através de atividades lúdicas. Destaca-se novamente que essa foi uma iniciativa do acadêmico fundador do projeto, que sugeriu ampliar o público e "experimentar novos ares".

Percebendo que a abordagem inicial, baseada no palhaço, poderia ser um fator negativo para a criação de vínculo com os idosos, tendo em vista que estes poderiam se sentir infantilizados, novos desafios surgiram, inclusive em relação à questão da sua permanência na instituição, já que, diferentemente das crianças, não recebem alta por residirem na própria ILPI. Queríamos, então, que eles estabelecessem vínculos com os acadêmicos, pois justamente o que lhes faltava era oportunidade de interação social.

Começamos, assim, a elaborar novas atividades lúdicas para atender à demanda dos idosos, experimentando e depois discutindo, durante a supervisão semanal, a efetividade das ações. Destaca-se que, de modo distinto da literatura voltada para a pediatria, as publicações acerca de atividades lúdicas para idosos são escassas, além de, muitas vezes não contemplarem a realidade que vivenciávamos na ILPI. Com o tempo e conhecendo mais os idosos, estabelecemos vínculos afetivos e desenvolvemos atividades lúdicas voltadas para a estimulação cognitiva, física e social, sempre pensando na particularidade de cada idoso, a fim de que todos pudessem participar, cada qual dentro de suas limitações. Em 2015, o projeto começou a atuar em outra ILPI de Macaé, mantendo de forma semelhante as atividades semanais em grupo com os idosos.

Uma alteração importante na atenção pediátrica ocorreu também no ano de 2015, quando se iniciou o processo de implantação do projeto Brinca que Melhora nas enfermarias pediátricas de outro hospital público de Macaé, por iniciativa de acadêmicos que realizavam estágio nesse local. Em 2016, foi encerrada a participação do projeto na antiga unidade pediátrica, dada a desativação desta.

É importante destacar que o projeto, além do mais, vem realizando atividades culturais com apresentações cênicas em alguns eventos do *Campus* UFRJ-Macaé, por exemplo, o acolhimento de calouros, a abertura de eventos científicos como a Semana de Integração Acadêmica, e o MACAENF, encontro científico promovido pelo Curso de Enfermagem e Obstetrícia do *Campus* UFRJ-Macaé. Essas apresentações estimulam a criatividade dos estudantes, os quais buscam produzir esquetes lúdicos em uma perspectiva crítica das suas experiências no ambiente universitário, com a finalidade de divertir, integrar, mas também produzir reflexões nos participantes.

Cabe destacar que, em 2014, o projeto vinculou-se ao Programa Interdisciplinar de Promoção da Saúde (PIPS), participando anualmente das atividades desenvolvidas por este: Seminário Interdisciplinar sobre Promoção da Saúde, Feira Arte, Cultura e Saúde e Encontros Discentes. Nesse período,

foram sendo desenvolvidas parcerias com outros projetos de extensão que integram o PIPS, como o projeto Envelhecimento, Nutrição e Promoção da Saúde — ENUSA, voltado para idosos do programa municipal Guarda Sênior. Encontra-se também em andamento a parceria com o projeto Oficinas Musicais, voltado à elaboração de atividades lúdicas com os idosos residentes em uma ILPI e de atividades cênicas com escolares da rede pública de ensino.

ALGUMAS IDEIAS QUE BASEARAM AS ATIVIDADES DO BRINCA QUE MELHORA

É necessário reformar o ensino através da visão da complexidade, evitando a fragmentação das disciplinas e problemas. A religação entre a cultura humanista e a científica é uma forma de ampliar a visão do estudante, facilitando que o mesmo contextualize o problema e encontre soluções baseadas em uma visão transdisciplinar. É necessário religar as questões do ser humano em seus aspectos biológicos, psicológicos e sociais para atingir a unidade complexa do homem e criar estratégias que utilizem informações e novos conhecimentos baseados no desenvolvimento da própria ação. A visão de educação que busca agregar a arte na formação do estudante universitário contribui para este perceba que a condição humana não se resume ao conhecimento científico. O homem é um ser lúdico que ama o jogo, o brincar. Esse sentimento lúdico nos acompanha em nossa vida (MORIN, 2009).

Essa visão paradigmática fundamenta o desenvolvimento do projeto nos diferentes cenários em que pode atuar: escola, hospital, ILPI, centros comunitários e a própria universidade. A possibilidade de atuar em diferentes locais estimula a busca por novos conhecimentos e facilita a interligação entre estes, a formação profissional e o conhecimento interdisciplinar que será desenvolvido pela integração de alunos de diferentes cursos.

Em relação ao hospital, há diversos estudos que abordam a humanização hospitalar como prática de resgate e produção da saúde, envolvendo não só a prática do cuidado, mas a oportunidade de lazer às crianças internadas (OLIVEIRA; MATTIOLI, 2006; OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2008). Na perspectiva biologicista, dá-se ênfase à doença e ao seu tratamento. Na visão holística e humanizada, a doença é tratada como um processo, moldando as relações com sua família para que o adoecimento se torne menos traumático (CARDIM *et al.*, 2009)

Entre as possibilidades de abordagem terapêutica, encontra-se o riso, que serve para levantar o astral das pessoas, ajudar no aumento da autoestima, do amor próprio e do bom humor, visto que o ato de rir modifica e torna mais agradável a vida. As neuroendorfinas se multiplicam quando sorrimos reforçando o sistema imunológico, e fisiologicamente, o riso afeta a grande maioria dos sistemas do organismo (SILVA; OMURA, 2005). As atividades lúdicas que incluem brinquedoteca, músicas e arte com palhaços exercitam uma prática humanista, criando um ambiente mais propício à promoção da saúde (SANTOS; GIMENEZ, 2008).

No que concerne aos idosos, o governo tem demonstrado grande empenho em melhorar as condições de vida, mediante o Programa de Assistência Integral à Saúde do Idoso, o qual abarca atividades diversas voltadas para estimular a participação e a integração dos idosos (BRASIL, 2010). Nessa direção, o Brinca que Melhora tem estado alinhado com a possibilidade de explorar novos recursos que possam contribuir para ampliar a qualidade de vida e promover a saúde pelo resgate de memórias através de atividades lúdicas e culturais. Destaca-se a necessidade de que ações de humanização sejam implementadas em ILPI com o fim de reduzir os agravos (OLIVEIRA; GOMES; PAIVA, 2011).

Zimerman (2000) aponta a importância de se realizarem atividades com os idosos visando à prevenção ou à redução do estado depressivo. Nessa perspectiva, é importante estimular e incentivar todas as dimensões por intermédio de estratégias, como jogos de memória, passeios, discussões, leitura e conversas, com o intuito de melhorar a autoestima, reorganizar a vida, buscar aspectos positivos da vida, encontrar atividades que proporcionem prazer, recuperar e incentivar a busca de novas relações.

Na perspectiva da comunidade acadêmica, a inserção de atividades culturais, por meio da figura do palhaço, pode proporcionar, através do riso, reflexões sobre o próprio ambiente universitário. Dessa forma é possível sensibilizar estudantes, professores e técnicos sobre o uso da arte e também sobre a reflexão crítica de sua própria realidade.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELO PROJETO

Em 2017 o projeto realizou aproximadamente 2.000 atendimentos, contando com a participação de alunos de diversos cursos, entre eles três

bolsistas e 12 voluntários, que realizaram atividades semanais no hospital e nas duas ILPI.

Entre as atividades desenvolvidas, destaca-se a elaboração de um protocolo de treinamento para novos participantes, que é atualizado anualmente e que, além de incluir atividades cênicas de forma geral, destaca a diferença entre as atividades realizadas com as crianças e as praticadas com os idosos. O treinamento ocorre semanalmente com discussões sobre leituras acerca da influência do lúdico na saúde e a experimentação de atividades voltadas para o desenvolvimento das habilidades lúdicas.

As temáticas dos encontros incluem: humanização hospitalar; infecção hospitalar; higienização das mãos; patologias que acometem as crianças internadas; atividades lúdicas como música, piada e narração de histórias; jogos para memória; movimentação corporal; resgate de atividades culturais próprias dos idosos; e criação do vínculo em ILPI. Ao final, os voluntários realizam uma visita aos locais para observar a atuação dos alunos veteranos. O treinamento tem se mostrado relevante, pois estimula a aprendizagem de forma dinâmica, abordando promoção de saúde e utilização da arte, cultura e do lúdico nas instituições, além de propiciar o desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem entre os alunos veteranos e os calouros.

São realizadas supervisões quinzenais sobre as atividades implementadas nos diferentes cenários, em um processo de reavaliação contínua, visando atender às demandas dos indivíduos e grupos participantes. Nas supervisões, as discussões visam identificar as dificuldades encontradas e avaliar os resultados da atuação do projeto para realizar alterações quando necessário.

Destaca-se que o Brinca que Melhora tem investigado as atividades desenvolvidas por meio de pesquisa de trabalhos de conclusão de curso, o que vem ampliando o conhecimento sobre a influência das atividades lúdicas na saúde e na qualidade de vida dos participantes. A divulgação do projeto tem sido realizada em *blog* e página em rede social, que são mantidos pelos próprios acadêmicos. Além disso, são elaborados trabalhos para apresentação em eventos científicos, nos quais os acadêmicos vivenciam a elaboração de resumos, pôsteres e apresentações orais, integrando a extensão com a pesquisa.

Encontra-se em desenvolvimento a criação de um arquivo dos esquetes lúdicos que os alunos vêm apresentando na Cidade Universitária de Macaé. Novos esquetes voltados à sensibilização de temas de saúde e demandas sociais também estão sendo criados pelos alunos com o objetivo de ampliar tanto o repertório artístico quanto o cultural, com vistas à apresentação

em escolas municipais. Somente no ano de 2017 foram realizadas dez apresentações em eventos científicos em Macaé e no Rio de Janeiro.

INFLUÊNCIA NA FORMAÇÃO DISCENTE

O lúdico trazia surpresa e prazer no comportamento das crianças no hospital. A situação mais incrível era ver uma criança prostrada, quieta e mal-humorada se transformar em outra criança, que por vezes nem parecia estar doente, de tanto que pulava, brincava e ria. Isso também se traduzia nos sorrisos e na empolgação dos pais e acompanhantes que ocasionalmente se emocionavam ao ver a mudança da criança na nossa presença, a qual, passando de um estado de menor potência para um mais potente, contagiava todo o ambiente.

Outra ação realizada por nós era tentar ajudar o pessoal da enfermagem, fingindo, por exemplo, que estávamos fazendo nebulização, para que a criança também a fizesse. Quando estávamos vestidos de palhaço na enfermaria pediátrica, um mundo de possibilidades se abria.

Durante os cinco anos do projeto, apareceram dificuldades para mantermos as ações, como o pouco horário livre dos discentes e a escassez de publicações sobre práticas lúdicas em cenários de saúde que nos guiassem. Outro desafio era a criação de novas atividades para atender grupos que estão em constante transformação, como os pré-adolescentes, com acesso direto a dispositivos eletrônicos, ou os idosos, que apresentavam um rápido declínio cognitivo e/ou motor. A entrada no projeto de alunos que não têm contato com o ambiente hospitalar ou com qualquer outro contexto de saúde também foi uma dificuldade. Apesar disso, a permanente supervisão realizada pelas professoras/coordenadoras incentivava as avaliações e discussões em grupo, minimizando as dificuldades, que acabavam sendo enfrentadas com êxito.

Em relação aos profissionais das unidades de saúde, foi importante perceber as mudanças de perspectiva acerca da forma de cuidado. Os profissionais apresentavam-se pacientes e bem-humorados durante a realização das atividades. Também, em relação às instituições onde o projeto atua, conseguimos estabelecer vínculos, e o trabalho do grupo é sempre elogiado e aguardado, o que nos faz sentir realizados e competentes.

O projeto tem sido de grande importância, permitindo obter uma visão mais ampla do que é o cuidado, não enxergando somente o técnico e o científico, mas, sim, as possibilidades de trazer alívio mediante um cuidado alternativo,

como as atividades lúdicas. Por meio do contato direto entre os integrantes e os pacientes, o Brinca que Melhora concretiza os conceitos ensinados em sala de aula sobre a visão holística e sobre interdisciplinaridade, enriquecendo assim nossos conhecimentos e nos permitindo ver a vida de maneira mais leve. Mesmo em momentos difíceis de nossas vidas, conseguimos, ainda assim, tirar um sorriso de alguém.

Aprendemos muito com o projeto, que o cuidar do outro também é cuidar de si. Aprendemos a olhar com mais respeito, a entender o momento do outro e principalmente a encontrar maneiras de burlar a tristeza, de forma empática. Esse aprendizado é indispensável para ser um cuidador risonho. Podemos dizer que o Brinca que Melhora mudou a nossa forma de ver o mundo, com um olhar mais colorido, permitindo que até os tropeços da vida sejam mais leves. E, claro, com muitas gargalhadas.

As contribuições para a formação discente são várias, gerando, inclusive, temas para cinco pesquisas de trabalhos de conclusão de curso, já possuindo dois artigos publicados e outros três em fase de finalização, além de resumos publicados em diversos anais de eventos.

Os alunos referem sentir-se mais completos e mais humanos, participando de um projeto que oferece uma possibilidade real de afeto e de aproximação entre as pessoas com o objetivo de promover saúde por meio de brincadeiras.

Fazer parte do Brinca que Melhora nos ajuda a lidar melhor com situações estressantes do cotidiano acadêmico como: necessidade de decorar muitos conteúdos, peças de cadáver no laboratório anatômico e cobranças excessivas de disciplinas obrigatórias. Trata-se da vontade de estabelecer novas relações de trabalho, novas relações com seres humanos que carecem de cuidado e de afeto. Além disso, trata do interesse de participar de algo que permita aprimorar a escrita, a criatividade e o equilíbrio entre a vida dos estudos e a vida prática, a vida do contato com a comunidade. O Brinca que Melhora proporciona tantas oportunidades e experiências, que não podem ser utilizadas somente na atuação profissional, mas também levamos conosco para a vida. São situações que não se ensinam durante uma graduação regular.

Ao longo da jornada no projeto, fomos capazes de desenvolver ou enxergar talentos guardados, que muitas vezes julgávamos não ser importantes, como o talento de lidar bem com as pessoas da equipe, de ter ideias para melhorar a vida de alguém, de saber ouvir, de dividir tarefas, de compartilhar angústias, de respeitar nossos limites e os limites dos outros, de olhar os outros por outra perspectiva.

Muitos de nós participamos do Brinca que Melhora durante quase toda a graduação, e percebemos que isso amenizou algumas dificuldades, como por exemplo, cursar medicina, já que, apesar de ser um curso que se concretiza nas relações, nos oferece, na grade obrigatória, poucas possibilidades reais de se estabelecer essas relações de uma maneira amistosa e respeitosa, valorizando os conhecimentos do outro. Por meio desse projeto pudemos vivenciar isso com mais leveza, e de acordo com o que deve ser uma relação profissional-usuário.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Brinca que Melhora tem sido executado com êxito nos locais de atuação, tendo como retorno positivo a disponibilidade das instituições de manter a parceria, bem como a satisfação dos profissionais que assistem aos alunos atuando e das pessoas participantes. Fatos evidenciados pelo impacto positivo tanto social quanto científico.

Outra evidência importante é o desejo de alguns alunos de compreenderem melhor o resultado do seu trabalho, desenvolvendo propostas de pesquisa. Vale destacar a participação dos alunos em diversas apresentações de trabalhos em eventos científicos tanto no próprio *Campus* UFRJ-Macaé quanto externos, havendo alguns dos trabalhos inclusive recebido premiações.

A interação entre alunos de diversos cursos gera troca de experiências e de visões de mundo que, de maneira interdisciplinar, promove crescimento pessoal e a elaboração de atividades lúdicas bem-sucedidas.

Assim, foi possível inferir que a extensão universitária, através deste projeto, favoreceu aos alunos vivenciar atividades de humanização, que podem contribuir para sua formação como futuro profissional e como cidadão que terá um olhar diferenciado para as pessoas e o cuidado com elas. O que se pretende para o futuro é que haja cada vez mais pessoas interessadas em participar e colaborar com o projeto, a fim de que ele permaneça levando saúde com bom humor às pessoas.

Certamente, a extensão e projetos como este nos permitem ter uma formação mais completa, menos técnica e mais voltada para as necessidades subjetivas das pessoas. A extensão nos faz ir além da vida universitária, com todas as suas avaliações e restrições, nos dá espaço para sermos nós mesmos e para permitir que os outros também sejam autênticos e autônomos.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2010. (Série Pactos pela Saúde 2006, v. 12).
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Humaniza SUS. Política Nacional de Humanização: A humanização como eixo norteador das práticas de atenção e gestão em todas as instâncias do SUS**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2004. (Série B. Textos básicos de saúde).
- CARDIM, M. G. *et al.* Processo saúde-doença: Um olhar para a dor da criança na perspectiva da enfermagem. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamento**, v. 1, n. 1, p. 65-71, 2009.
- MORIN, E. **Educação e complexidade: os sete saberes e outros ensaios**. 5ª ed. São Paulo: Cortez, 2009.
- OLIVEIRA, M. C. D.; MATTIOLI, O. C. Hospitalização infantil: o brincar como o espaço de ser e fazer. *In*: ENCONTRO DE PSICOLOGIA, 19., ENCONTRO DE PÓS GRADUAÇÃO, 4., 2006. 1v., p. 1-7.
- OLIVEIRA, R. R. D.; OLIVEIRA, I. C. D. S. Os doutores da alegria na unidade de internação pediátrica: experiências da equipe de enfermagem. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**. v. 12, n. 2, p. 230-236, 2008.
- OLIVEIRA, E. R. A.; GOMES, M. J.; PAIVA, K. M. Institucionalização de vida de idosos da região metropolitana de Vitória-ES. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**. v. 15, n. 3, p. 518-523, 2011.
- SANTOS, M. G. D.; GIMENEZ, E. H. R. Psicologia e a arte do palhaço. **Anuário da produção de iniciação científica discente**, v. 11, n. 12, p. 535-552, 2008.
- SILVA, P. H. D.; OMURA, C. M. Utilização da risoterapia durante a hospitalização: um tema sério e eficaz. **Revista Enfermagem UNISA**, n. 6, p. 70-73, 2005.
- ZIMERMAN, G.I. **Velhice: aspectos biopsicossociais**. Porto Alegre: Artmed. 2000.