



# Arte & Ludicidade

*Oficina com atendimento remoto*



# **Teleoficinas Arte & Ludicidade da UnATI/UERJ**

## **Organizado por:**

### **Prof. Anderson do Amaral**

Graduado em Educação Física, Arteterapeuta, Brinquedista, Coordenador do Curso de Pós-graduação em Gerontologia AVM, Coordenador do Curso de Pós-graduação em Domínio Cognitivo Motor AVM, Docente do curso de pós-graduação em Neurociências e pós-graduação em Neuropsicopedagogia da UNIG, Docente do curso de Pós-graduação em Psicopedagogia ISECENSA, Docente do Curso de Atualização em Saúde e Envelhecimento HUGG/UNIRIO, Docente do Curso de Brinquedista HUPE/UERJ, Professor da Teleoficinas de Jogos Cognitivos no Hospital Univ. Gaffrée e Guinle UNIRIO, Professor da Teleoficina de Arte e Ludicidade da UnATI/UERJ e Designer dos Jogos ECM.

## **Colaboradores:**

### **Sandra Rabello de Frias**

Assistente Social, pós-graduada em Políticas Sociais pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro, pós-graduada em Psicogeriatrics pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Especialista em Gerontologia SBGG, Mestre em Psicanálise, Saúde e Sociedade pela Universidade Veiga de Almeida. Coordenadora de Projetos de Extensão da UnATI/UERJ.

### **Andreia de Souza de Carvalho**

Técnica administrativa da UnATI/UERJ, assistente social pela UERJ, com pós-graduação em Gerontologia pela UnATI/UERJ e doutorado em Serviço Social pela UERJ.

### **Alana Villela de Araújo**

Estudante de Pedagogia pela UERJ, bolsista de Extensão Universitária da UnATI/UERJ.

AMARAL, Anderson (org). Teleoficinas Arte & Ludicidade da UnATI/UERJ / Rio de Janeiro, UNATI/UERJ, 2021. (e-book).

Colaboradores: FRIAS, Sandra Rabello de; CARVALHO, Andreia de Souza de; ARAÚJO, Alana Villela.

Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Pró-reitoria de Extensão e Cultura.  
Universidade Aberta da Terceira Idade

Bibliografia.

I. Teleoficina Arte e Ludicidade (e-book). 2. Estimulação cognitiva. 3. Envelhecimento. 4. Adaptação. 5. Pandemia – Rio de Janeiro (RJ) - II. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Universidade Aberta da Terceira Idade.

## **Sumário**

1. Apresentação .....	4
2. O envelhecimento no Brasil e a importância da estimulação do idoso .....	6
3. Teleoficina Arte & Ludicidade UnATI/UERJ.....	9
3.1. Tele-estimulação cognitiva e jogos cognitivos adaptados para whatsapp .....	12
3.2. Passo a passo da Teleoficina .....	13
4. Processos de instrumentalização e adaptação dos idosos nas teleoficinas .....	15
4.1. Apresentação do relato dos idosos em relação a experiência das teleoficinas .....	33
5. Referências bibliográficas .....	35

# 1. Apresentação

Por: Andreia de Souza de Carvalho

As propostas de incentivo à implementação de universidades abertas da terceira idade no Brasil já estavam na legislação sobre direitos dos idosos desde 1994, no marco da Política Nacional do Idoso. Esse registro formal foi resultado de uma trajetória que já vinha se desenvolvendo no interior das universidades, fossem elas públicas ou privadas, influenciadas pelo “modelo francês do pioneiro Pierre Vellas que no ano de 1973 fundou na cidade de Toulouse a primeira *Université di Troisième Âge* (UTA)” (NUNES; SILVA, 2011, p. 2).

A Universidade Aberta da Terceira Idade (UNATI), da UERJ, surge na cidade do Rio de Janeiro em 1993, antes mesmo da promulgação da PNI (1994) que legitima tais programas na legislação. Nos anos de 1990 outras universidades da terceira idade (UNATIs) foram criadas em vários estados brasileiros. A UNATI/UERJ, inspirada pelos princípios de seus antecessores franceses, foi um programa pioneiro de universidade de terceira idade lotado em uma universidade pública. Importa ressaltar que seu *status* de Programa pioneiro em universidades públicas acabou sendo a referência para a construção de outras UnATIs semelhantes pelo país.

A UNATI/UERJ está organizada sob a forma de Programa de Extensão diretamente vinculado ao Departamento de Extensão (DEPEXT), da Pró-reitoria de Extensão e Cultura (SR3), da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), e é dirigida pelo Prof. Dr. Renato Veras. O “programa tem como objetivo geral, contribuir para a melhoria dos níveis de saúde física, mental e social das pessoas idosas acima de 60 anos” (NUNES; SILVA, 2011, p. 4), ou seja, possui uma concepção ampliada de saúde que passa também pela socialização e aprendizagem de novos conhecimentos pelos idosos.

A organização do trabalho na UNATI/UERJ está estruturada em três módulos: ensino, pesquisa e extensão, áreas estratégicas de atuação das universidades e constitui-se como “uma microuniversidade nas questões de envelhecimento” (NUNES;

SILVA, 2011, p. 4). No Centro de Convivência são desenvolvidas várias oficinas, inclusive a oficina Arte e Ludicidade, coordenada pelos professores Anderson do Amaral e Sandra Rabello de Frias, com o apoio da estagiária de Pedagogia, Alana Villela. Contamos ainda com uma Coordenação de Extensão que desenvolve projetos de voluntariado com idosos e atendimento ao usuário idoso e seus familiares, com vistas a divulgar informações sobre seus direitos. A UNATI/UERJ conta ainda com: dois ambulatórios, um centro de documentação e uma área de ensino, onde estão alocadas: a Especialização, a Residência e a Coordenação de Estágio de Graduação.

Para participar das atividades desenvolvidas na UNATI/UERJ a pessoa interessada precisa ter 60 anos ou mais, independente do nível de escolaridade. “No ato da matrícula, contará com orientação para participar de palestras e outros eventos, ao mesmo tempo em que é estimulada a frequentar os espaços da Universidade que oferecem farta programação científica e cultural” (NUNES; SILVA, 2011, p. 5). As oficinas e demais atividades de maior procura optam pelo sorteio, as demais basta a inscrição.

Com o advento da pandemia, muitas dessas atividades foram adaptadas para o formato *on line*, num processo de criatividade e aprendizagem conjunta, tanto dos professores, quanto dos alunos e alunas idosos. Esse *e-book* vai contar um pouco dessa adaptação da oficina Arte e Ludicidade, que resultou numa metodologia inovadora de estimulação cognitiva de pessoas idosas, nos lembrando que sempre é tempo de aprender...

## 2. O envelhecimento no Brasil e a importância da estimulação do idoso

Por: Sandra Rabello de Frias

O envelhecimento da população é um fenômeno mundial, primeiramente iniciado nos países desenvolvidos; e, logo expandindo para os países em desenvolvimento. O aumento da expectativa de vida foi evidenciado pelos grandes avanços tecnológicos relacionados à área da saúde. De acordo com a OMS, até 2050, a população mundial com mais de 60 anos passará a ser de mais de 2 bilhões.

No século XXI, o envelhecimento vem aumentando as demandas sociais e econômicas em todo o mundo. No entanto, apesar de na maioria das vezes serem ignorados, os idosos deveriam ser considerados essenciais para a estrutura das sociedades, como ocorre em sociedades mais antigas do planeta.

O Brasil acompanha a tendência mundial e também está envelhecendo, com algum atraso em relação aos países desenvolvidos. Dados do IBGE (2015) revelam que a esperança de vida do brasileiro passou de 45 anos, em 1940, para 75,5 anos, em 2015. Esse aumento da expectativa de vida repercutiu no percentual de idosos dentro da população total. Verificando as estatísticas demográficas da OMS (2015), constatamos que o percentual de pessoas com mais de 60 anos no Brasil passou de 6,4 % da população total em 1990, para 11,7% em 2015. Em 2019, o número de idosos no Brasil chegou a 32,9 milhões. Dados do IBGE... mostram que a tendência de envelhecimento da população vem se mantendo e o número de pessoas com mais de 60 anos no país já é superior a crianças com até 9 anos de idade”<sup>1</sup>.

Até os anos 1980, o Brasil era considerado um país jovem (MASSI, BERBERIAN; ZIESEMER, 2016). Atualmente, o cenário demográfico da população brasileira se caracteriza por baixas taxas de fecundidade, aumento de longevidade e urbanização acelerada. O crescimento populacional de pessoas acima de 60 anos no Brasil vêm aumentando de forma exponencial, fazendo com que se torne necessário a construção de políticas públicas e programas de governo que possibilitem, aos brasileiros com mais

---

1 Ver: <https://previva.com.br/envelhecimento-da-populacao-brasil-tera-mais-idosos-do-que-jovens-em-2060/>

de 60 anos, oportunidades visando: a qualidade de vida, a promoção da saúde e a prevenção de doenças degenerativas do envelhecimento patológico.

No Brasil, a Constituição Federal de 1988 é considerada a Constituição cidadã, pois ela garante aos brasileiros direitos e deveres. Dos artigos compreendidos nesta Lei, ela garante a chamada proteção social configurado como um sistema de seguridade social. A Constituição de 1988 consolidou alguns direitos da população idosa, de modo universal e independente de contribuição prévia, nos artigos 203, 229 e 230, quadro resultante de incessante mobilização de Associações e Confederações de aposentados (FRIAS; CARVALHO, 2021, p. 142).

A Lei nº 8.842 de 1994, que institui a Política Nacional do Idoso, foi sancionada em 4 de janeiro de 1994 e regulamentada pelo Decreto nº 1948. Ela assegura os direitos sociais e amplo amparo legal ao idoso e ainda estabelece as condições para promover sua integração, autonomia e participação efetiva na sociedade. Esta lei institui várias modalidades de atendimento ao idoso, entre elas: Centro de Convivência e Centros de Cuidados Diurnos. E preconiza que a atenção ao idoso deve ser feita por intermédio de sua família, em detrimento da institucionalização em instituição de longa permanência.

Outra lei que regulamenta os direitos fundamentais da pessoa idosa é o Estatuto do Idoso. Esta lei de número 10.741, de 2003, afirma que toda pessoa idosa no Brasil é aquela com 60 anos ou mais e institui medidas de punição a todo aquele que provocar violação ou violência contra a pessoa idosa. A lei ainda afirma que é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Estado assegurar à pessoa idosa a efetivação dos direitos: à vida, à educação, à saúde, à alimentação, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

A construção das políticas públicas de garantia de direitos da pessoa idosa é transparente em afirmar que o envelhecimento no Brasil é um direito e que com o compromisso do poder público, do setor privado, da família e de toda sociedade civil, conquistaremos um país promissor para a longevidade dos brasileiros. Mas para desejarmos que o envelhecimento seja uma experiência positiva, uma vida mais longa deve ser acompanhada de oportunidades de saúde, novas aprendizagens, participação

social e segurança. “A Organização Mundial da Saúde adotou o termo “envelhecimento ativo” para expressar o processo de conquista dessa visão”<sup>2</sup>.

Ainda que o envelhecer não deva ser entendido como tornar-se dependente ou ser acometido por alguma demência, é sabido que com o aumento da idade muitas são as fragilidades a que ficam expostos os indivíduos. Quando o envelhecimento chega associado à perda da autonomia e à conseqüente perda da independência por conta do decréscimo das capacidades funcionais e mentais, isto inevitavelmente traz rebatimentos quanto ao idoso, à família, a sociedade e ao Estado.

Ora, a qualidade de vida de um indivíduo é intrinsecamente determinada por sua capacidade de manejar-se com autonomia e independência. Sendo assim, vida saudável é diretamente proporcional à expectativa de vida sem incapacidades físicas ou mentais. Por isso, a importância de atividades de estimulação cognitiva, tais como: oficinas lúdicas que previnem o declínio cognitivo e que promovem hábitos de vida saudáveis, desenvolvem a confiança, autonomia, autoestima e sociabilidade. Tais atividades são aliadas na preservação e melhora do desenvolvimento das funções cognitivas da pessoa idosa, tais como: atenção, memória, raciocínio, lógica, capacidade de resolução de problemas, dentre outras.

A oficina Arte e Ludicidade, idealizada e ministrada pelo professor Anderson Amaral, com o apoio da bolsista de Pedagogia Alana Villela e vinculada à Coordenação de Projetos de Extensão, sob nossa coordenação, é um exemplo de uma dessas importantes iniciativas de estimulação cognitiva que se reinventou na pandemia de COVID-19, como veremos a seguir.

---

2 Ver: <https://sbgg.org.br/espaco-cuidador/envelhecimento-ativo/>

### **3. Teleoficina Arte & Ludicidade UnATI/UERJ**

Por: Anderson Amaral

A teleoficina foi elaborada com objetivos de dar continuidade a oficina presencial que acontecia há 2 anos antes do início da pandemia COVID-19. A oficina acontecia todas as quintas-feiras na UnATI UERJ. No entanto, devido ao surgimento da pandemia COVID-19, as atividades presenciais foram suspensas. Sendo assim, foi preciso reinventar a estratégia para dar continuidade as oficinas e a estimulação cognitiva dos idosos, mediante realização de atividades por acompanhamento remoto, que estão sendo feitas até o momento.

Com o surgimento da pandemia foram necessárias medidas sanitárias de distanciamento e isolamento social para conter o avanço da doença. As atividades presenciais foram suspensas. Desta forma os idosos foram os mais prejudicados, pois como são grupos de maior risco e vulnerabilidade ficaram sem o convívio social e atividades ocupacionais e sociais que realizavam antes da pandemia. Na perspectiva de dar continuidade as atividades cognitivas ministradas na oficina Arte e Ludicidade, elaboramos após reuniões e estudos uma metodologia via atendimento remoto para atender nossos idosos.

A telessaúde é considerada um recurso fundamental, dada a sua capacidade de diminuir a circulação de indivíduos em estabelecimentos de saúde, reduzir o risco de contaminação de pessoas e a propagação da doença, penetrar em lugares de difícil acesso ou com estrutura deficitária, e liberar leitos e vagas de atendimento hospitalar em favor de pacientes infectados. Permite, ainda garantir o atendimento a pacientes portadores de doenças e comorbidades preexistentes que, embora não infectados, não podem comparecer pessoalmente a consultas médicas em vista das orientações de redução de convívio social (CAETANO et al., 2020).

A pandemia está sendo um marco na revolução tecnológica, pois impôs a necessidade de novas estratégias e adequação dos serviços nas áreas de saúde para a

atuação frente à realidade de distanciamento social. O enfrentamento é uma nova estratégia de disponibilização de serviços de atendimento remoto, telessaúde e/ou teleatendimento. Esse conceito compreende a prestação de serviços com fins assistenciais, diagnósticos, sociais e terapêuticos à distância.

Desta forma, foi elaborada as atividades remotas utilizando um aplicativo de mensagens instantâneas mais popular no Brasil, o Whatsapp. Pelo menos 9 em 10 brasileiros que possuem acesso a um *smartphone* e *internet* possuem esse aplicativo. Utilizando o uso das tecnologias de informação e comunicação (TICs) para ajudar a diminuir a propagação do COVID-19, mas sem deixar a população desassistida durante as medidas de distanciamento social e nos casos de isolamento domiciliar. As TICs são cada vez mais consideradas como opções eficazes em potencial para apoiar intervenções de saúde, incluindo reabilitação neurológica e reabilitação cognitiva (MANTOVANI et al., 2020).

Nos últimos anos, o desenvolvimento das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC) despertou o interesse por abordagens alternativas de reabilitação. Em particular, o treinamento cognitivo baseado em computador permite superar os limites das técnicas tradicionais de papel e lápis, fornecendo intervenções personalizadas para o paciente que podem ser facilmente realizadas não apenas pessoalmente, mas também remotamente nas casas dos pacientes. Isso significa que eles poderiam simplificar o trabalho do terapeuta em termos de planejamento, projeto e gerenciamento da intervenção cognitiva, também fora do ambiente clínico (BERNINI et al., 2021).

As oficinas de estimulação cognitiva na modalidade remota (teleoficinas) são realizadas com o uso das tecnologias de informação e comunicação, como o *smartphone*, no qual há interação dos participantes através de atividades guiadas, com o foco em estimular a cognição, objetivando um envelhecer mais saudável, melhorando o desenvolvimento físico e social (ALFRADIQUE et al., 2021).

O papel dessa nova estratégia de tele-estimulação cognitiva (TEC) utilizando os recursos dos jogos cognitivos via whatsapp foi dar continuidade as atividades de estimulação cognitiva que eram ofertadas na oficina presencial, promovendo benefícios cognitivos, sociais e afetivos. O uso da TEC deve passar a fazer parte do “novo normal” e não da exceção. Possivelmente essas experiências positivas no período da pandemia farão parte no mundo pós-pandemia potencializando mais oportunidade para profissionais e idosos. Essas soluções fazem parte da telessaúde, conceito que reúne a prestação de serviços de atenção à saúde de maneira remota.

A elaboração da metodologia aplicada foi fruto de pesquisas e reuniões da equipe envolvida para traçar a melhor estratégia de intervenção que levasse em considerações os aspectos de acessibilidade a um *smartphone*, velocidade de *internet*, inclusão digital e jogos cognitivos adaptados. Desta forma visando contemplar maior número de idosos participantes foi adotado o aplicativo *whatsapp*, pois o mesmo além de fácil acesso não precisa de internet de alta velocidade, pois muitos idosos fazem uso de internet no celular utilizar cartões de recarga (pré-pago). Uma implementação bem-sucedida, é importante que uma intervenção baseada em tecnologia para idosos seja acessível, econômica e fácil de usar, e a tecnologia funcione bem em termos de estabilidade e confiabilidade.

Um item muito importante percebido através de nossa metodologia que utiliza o lúdico como recurso de estimulação cognitiva, foi o maior interesse de muitos idosos ao acesso das mídias digitais, aplicativos e de forma ampla a *internet* como um todo. O processo de Inclusão Digital (ID) promove a capacidade de pensar, produzir, e partilhar a riqueza material e cultural na sociedade atual, mas a complexidade progressiva da sociedade da informação pode aumentar a distância entre incluídos e excluídos. Idosos em geral estão expostos a este processo de exclusão social e digital (XAVIER; SANTOS; SINGULEM, 2020).

### 3.1. Tele-estimulação cognitiva e jogos cognitivos adaptados para whatsapp

Os objetivos principais da elaboração da teleoficinas são: a melhoria e manutenção das funções cognitivas (memória, atenção, percepção etc.), criar vínculos entre os idosos e a socialização via ambiente virtual, afetividade e inclusão digital. O termo estimulação cognitiva refere-se a todas as atividades desenvolvidas com o intuito de melhorar o rendimento cognitivo global ou alguma das suas componentes, tais como: memória, raciocínio, atenção linguagem ou funções executivas (MARRÓN et al, 2009).

A oficina Arte e Ludicidade presencial utilizava os jogos cognitivos e a psicomotricidade com recursos de baixo custo como copos, pratos e colheres coloridas descartáveis, prendedores de cabelos (chuquinhas) coloridos, materiais em EVA entre outros recursos. A transição desses jogos para o *whatsapp* foi adaptada no primeiro momento para utilização dos *emojis* para fazer associação de letras e *emojis* para responder os desafios cognitivos. Após a adaptação inicial dos idosos foram introduzidas atividades com a utilização do teclado com letras e números.

Os idosos no primeiro momento foram instrumentalizados para manuseio do recurso para nossa teleoficina, apresentação das atividades, treinamento prévio e foram acertados as regras e os comandos que iriam nortear toda aplicação das atividades.

Os jogos foram elaborados utilizando sempre apenas uma categoria dos *emojis* como por exemplo frutas por jogo. Essa escolha facilitou a identificação no teclado do celular, e de forma didática também ajudou o processo de adaptação do idoso com o teclado e a procura dos *emojis*. Os jogos desenvolvidos trabalham as diversas funções cognitivas, sendo definidos previamente através da reunião técnica entre os membros, elaboração do plano de intervenção determinando quais funções cognitivas seriam trabalhadas e em quais momentos e a definição de quais jogos seriam utilizados.

Para facilitar a adaptação e aprendizado dos idosos foi criado um tutorial explicando passo a passo de como procurar os *emojis* no *whatsapp*. Após envio do tutorial e tiradas todas as dúvidas com os idosos foram criados dois grupos no *whatsapp*.

- Primeiro grupo de interação social. Neste grupo os idosos foram estimulados a interação entre eles com objetivo de socialização e informação.
- Segundo grupo de intervenção da teleoficina. Esse grupo ficou restrito para as teleoficinas e exercícios.

A teleoficina acontecem todas as quintas-feiras no horário de 15:15 pelo grupo Arte & Ludicidade no *whatsapp*. As atividades são síncronas, ou seja em tempo real via *whatsapp* de forma interativa e imersiva. Duração de 70 minutos e contemplando 30 idosos.

### **3.2. Passo a passo da Teleoficina**

- 1º passo criar um grupo no *whatsapp*. Os membros do grupo são os monitores da oficina e todos os idosos participantes. Desta forma a interação em tempo real, pois todos visualizam as informações postadas no grupo.
- Instrumentalização dos idosos caso os mesmos não tenham habilidades ou hábitos de manusear o *whatsapp*. Em alguns casos instrumentalizar cuidador (formal ou informal) para auxiliar no atendimento.
- 1(Uma) hora antes do início da teleoficina foram enviados os *emojis* utilizados naquele dia. Os idosos após envio confirmam recebimento da mensagem enviando os mesmos *emojis* recebidos. Desta forma esses *emojis* ficam como os últimos enviados facilitando e agilizando a interação na hora da teleoficina.
- Estabelecer as regras do jogo como *emojis* que são utilizados na atividade, sistema de jogabilidade da atividade proposta, tempo para realizar cada atividade (tempo média sugerido são de 1 minuto a 2 minutos para cada solução

de problema). Podendo ser um pouco maior ou menor dependendo das dificuldades do grupo.

- Importante. Foi estabelecido para os participantes que eles somente poderiam responder após o comando do monitor da teleoficina. O comando combinado para enviar a resposta do desafio foi “VAI!”. Desta forma focamos na atenção e concentração, e tentamos inibir a ansiedade trabalhando controle inibitório. O comando está associado ao tempo proposto no item anterior.
- Quando resposta não estiver correta utilizar expressões que possam pontuar se está correto a resposta. Exemplo: “Vamos verificar se a resposta está correta” ou “Tente novamente”.
- Tempo total da teleoficina são 70 minutos, divididos em 5 a 10 min de acolhimento, 40 a 45 minutos de intervenção e 10 a 15 minutos de considerações finais, recados e *feedback*.

## 4. Processos de instrumentalização e adaptação dos idosos nas teleoficinas

Por: Alana Villela

Em março de 2020 o mundo precisou parar, nos vimos perdidos sem poder seguir com nossas rotinas, tudo precisou se adaptar, um vírus matava todos os dias milhares de pessoas e o contato entre seres humanos se tornou um perigo para a humanidade, precisamos ficar distantes, com menos contato possível.

E assim como muitas pessoas precisamos encontrar formas de continuar nosso trabalho, nossa oficina de Arte e Ludicidade acontecia presencialmente, o que possibilitava nossos idosos a terem uma rotina, no dia da oficina eles precisavam sair de suas casas e ir até a UERJ e lá eles encontrariam atividades importantes para um envelhecimento saudável.

O professor Anderson Amaral, responsável pela oficina, adaptou todos os jogos cognitivos até então realizados presencialmente para o mundo virtual. Na intenção de acolher todos os idosos ele optou por utilizar o aplicativo do *WhatsApp*, pois esse é um aplicativo que exige menos dos dados móveis de Internet, um aplicativo de fácil acesso. Para continuar a rotina nossas atividades virtuais acontecem em tempo real, todas as quintas-feiras às quinze e quinze começam e terminam às catorze e quinze.

De início pensamos que seria difícil manter em tempo real um grupo com quase trinta idosos, mas nosso trabalho foi eficaz e nos dedicamos para que os idosos se adaptassem ao novo modelo de forma positiva, então além de criarmos vídeos explicativos e didáticos, nos fizemos presente tanto por mensagem como também por ligações, tirando dúvidas e ajudando nossos idosos.

Os idosos se adaptaram muito bem, e se mostraram contentes em poder continuar com as atividades mesmo sendo virtuais. Muitos deles moram sozinhos e no meio de um isolamento nossa oficina se tornava o contato que eles tinham com o mundo.

Nossa dinâmica para realização das aulas acontece de forma bem tranquila. Nossa intenção não é criar um clima de competição entre os idosos, de quem envia a resposta primeiro, quem manda a melhor resposta, nossa intenção é que todos se sintam contemplados e que exercitem suas mentes. Então começamos explicando a atividade do dia e perguntamos se alguém tem dúvidas. Caso alguém tenha a gente explica novamente. Quando todos falam que entenderam nós começamos a aplicação da atividade.

Enviamos em torno de 12 a 16 imagens por aula, isso depende da exigência e dificuldade da atividade, como falado a cima, para não criar uma competição de quem envia primeiro, pedimos que os idosos enviem suas respostas apenas depois do “viiiiii” mandado por quem estiver aplicando as atividades e dessa forma o idoso mais rápido e o mais lento irão responder na mesma hora e ninguém se sentirá prejudicado. Nossos grandes aliados nos jogos virtuais são os *emojis*. As respostas quase sempre serão dadas com eles e para uma melhor organização e para ajudar os idosos ao encontrá-los, horas antes da aula começar pedimos para eles confirmarem a presença com os *emojis* que iremos utilizar na aula, pois assim eles ficam no espaço do relógio, como *emojis* recém utilizados, então na hora da aula os idosos não irão precisar perder tanto tempo procurando por eles.

No decorrer de nossas aulas notamos uma necessidade de ter um momento para conversar com os idosos, e reservamos os últimos dez minutos da aula para isso. Por estarem em casa, sem muito contato com pessoas, eles precisam desse momento de conversar, de trocar ideias e acreditem já trocaram até receitas.

Então concluo dizendo que toda mudança nos traz insegurança, incerteza e muitas vezes medo. Mas com nossa dedicação e total entusiasmo dos idosos conseguimos nos adaptar as atividades virtuais de maneira muito positiva. O contentamento dos idosos, a vontade deles de estarem toda quinta conosco nos faz querer cada dia melhorar e mostrar para o maior número de pessoas que é possível sim realizar uma oficina virtualmente para um grupo de quase trinta idosos.

♥-GA

♥-ÃO

♥-TA

♥-LE



Dica: bairro localizado na Ilha do Governador, onde é abrigado o aeroporto Tom Jobim.

5 - E  
1 - O  
4 - R  
2 - T  
3 - B



Dica: cantor responsável por anos pelo show de fim de ano da Rede Globo. Um de seus sucessos é a música "Lady Laura".

 -PARE

 -ATENÇÃO

 -SIGA



**O carro está prestes a andar!**

**O carro andou!**

**O carro andou!**

**O carro parou!**

**O carro parou!**

Qual é o emoji intruso?

1

2

3

1



2





**X**



**Multiplique apenas as  
frutas!**



***Forme três palavras  
com duas sílabas.***

FORME UMA PALAVRA  
JUNTANDO AS INICIAIS  
DOS EMOJIS.



8 -SON

5 -DE

3 -MAN

4 -NEL

1 -LA



Dica: Considerado o mais importante líder da África.





**Descubra o enigma**

$$\text{Watermelon slice} + \text{Watermelon slice} + \text{Watermelon slice} = 60$$

$$\text{Watermelon slice} + \text{Watermelon slice} + \text{Pineapple} = 70$$

$$\text{Pineapple} - \text{Cherries} = 15$$

$$\text{Cherries} = ?$$

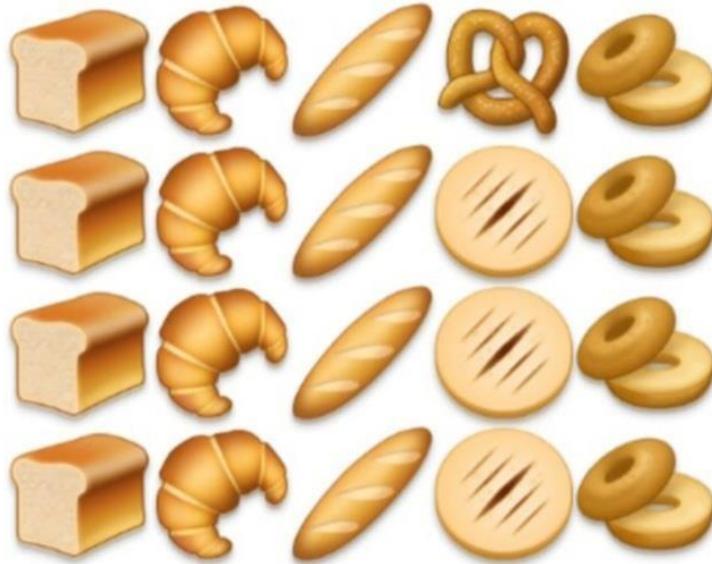


- ♥ Agulhas
- ♥ Facas
- ♥ Tesouras
- ♥ Espadas

Fagulhas, pontas de \_\_\_\_\_  
Brilham estrelas de São João  
Babados, xotes e xaxados  
Segura as pontas meu coração...



**Qual fila tem a ordem errada?**



Como foi falado, enviamos a imagem esperamos entre 1 e 2 minutos e mandamos o "vai". Aqui podemos ver nas imagens como acontece esse procedimento, reparem na hora que a imagem e o vai são enviados.



Qual é o emoji intruso?

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>1</b>			
<b>2</b>			



Dica: escritório

15:52 ✓✓

Vaiiii 15:53 ✓✓

**José Francisco**  
1/3 15:53

**Almeri**  
1/3 15:53

**Neula**  
1/3 microscópio 15:53



# Oficina Arte e Ludicidade

Almeri, Almeri, Ana, Ana, Ana, Anderson, A...



**Qual é a ordem certa dos corações? 🤔**

- 💜 - O
- 💜 - A
- 💚 - Z
- 🖤 - R



15:44 ✓✓

Vai 15:45 ✓✓

Neula



15:45

José Francisco



15:45

Almeri



15:45



Oficina Arte e Ludicidade

Almeri, Ana, Ana, Ana, Ana, Anderson, And...



Descubra o enigma

$$\begin{aligned} \text{Whale} + \text{Whale} &= 6 \\ \text{Whale} + \text{Butterfly} &= 9 \\ \text{Butterfly} \times \text{Ladybug} &= 18 \\ \text{Ladybug} &= ? \end{aligned}$$

15:45 ✓

Vaiiii 15:47 ✓

José Francisco

3

15:47

Almeri

3

15:47

Neula

3

15:47

## 4.1. Apresentação do relato dos idosos em relação a experiência das teleoficinas

Todos os idosos são gratos pela possibilidade de continuar a oficina virtualmente, muitos relatam sentir falta do presencial, porém ao mesmo tempo falam que sentirão saudade das aulas online, do famoso “vaiiii”, da vantagem de poder fazer a aula em qualquer lugar, na sala de espera de um consultório, na casa dos filhos, entre outros lugares.

Eles falam também sobre a importância que a Oficina teve nesse momento de pandemia, sendo uma distração para eles, uma forma deles terem contato com outras pessoas, de se distrair e continuar exercitando a mente. Aqui a baixo trago alguns relatos dos idosos que participam da nossa oficina.

### Neula:

Ela relata que com as aulas online ela consegue organizar melhor o tempo, diz que se adaptou bem e que gostou muito de aprender a usar os *emojis*, que era algo que ela não usava antes da oficina acontecer virtualmente. Ela diz que sentirá falta do “vaiiii” e também da possibilidade de fazer a oficina em qualquer ambiente, e ainda fala que por ela a oficina continuaria *online*, mesmo quando for liberado para voltar ao presencial. Ela finaliza dizendo que a teleoficina preencheu um vazio que se formou com a chegada da pandemia, possibilitando também a continuação dos exercícios cognitivos. Segundo Neula está sendo uma experiência enriquecedora e divertida.

**Almeri:**

Almeri sente falta do contato humano que as aulas presenciais proporcionam, e assim como Neula diz que a vantagem da aula online é poder participar de onde estiver. Almeri fala que sua adaptação foi tranquila pois ela já usava o celular com certo domínio. Ela diz que sentirá falta dos momentos de ansiedade antes do “vaiiii”. Ela termina dizendo que a teleoficina foi uma das atividades pioneiras dos cursos que ela participa da UnATI, ela diz que a teleofina preencheu de forma divertida e alegre, onde através das atividades propostas ela se alegra e ativa o cérebro, para não deixar enferrujar.

**José Francisco:**

José Francisco afirma que prefere a atividade presencial por conta do contato pessoal com o grupo, mas diz que se sentiu muito feliz em poder continuar as atividades mesmo sendo de forma virtual. Ele relata que se adaptou facilmente e que gosta muito da possibilidade de fazer a aula de qualquer lugar. Ele finaliza dizendo que a teleoficina foi um meio de se manter conectado com pessoas de alguma forma e que o período da aula é um momento de distração e de muito treino da mente, ele fala “quero mesmo é que continue, presencial ou online”.

## 5. Referências bibliográficas

**ALFRADIQUE, P.S.; AMARAL, A. et al. Cartilha de Atividade: Teleoficinas, 2021.** Disponível em <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/601951> acessado em 07 de Outubro de 2021.

**BERNINI, S.; STASOLLA, F.; PANZARASA, S.; QUAGLINI, S.; SINFORIANI, E.; SANDRINI, G.; VECCHI, T.; TASSORELLI, C.; BOTTIROLI, S.** Cognitive Telerehabilitation for Older Adults With Neurodegenerative Diseases in the COVID-19 Era: A Perspective Study. [Front Neurol.](#) 2020; 11..

**BRASIL.** Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília - DF, Senado,1998.

**BRASIL.** Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: Acesso em 02/09/2021.

**BRASIL.** Política Nacional do Idoso. Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Disponível em: <http://www.pge.sp.gov.br/centrodeestudos/bibliotecavirtual/dh/volume%20i/idosolei8842.htmGM-2528.htm>

**CAETANO, R.; SILVA, A.B.; GUEDES, A.C.C.M.; PAIVA, C.C.N.; RIBEIRO, G.R.; SANTOS, D.L.; SILVA, R.M.** Desafios e oportunidades para telessaúde em tempos da pandemia pela COVID-19: uma reflexão sobre os espaços e iniciativas no contexto brasileiro. *Cad. Saúde Pública* 2020; 36(5).

**IBGE.** Atlas do censo demográfico. do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). 2010. Disponível em: Acesso em: 02/09/2021

**MANTOVANI, E.; ZUCHELLA, C.; BOTTIROLI, S.; FEDERICO, A.; GIUGNO, R.; SANDRINI, G.; CHIAMULERA, C.; TAMBURIN, S.** Telemedicine and Virtual Reality for Cognitive Rehabilitation: A Roadmap for the COVID-19 Pandemic. [Front Neurol.](#) 2020; 11: 926.

**MASSI, Giselle; SANTOS, Aline Romão dos; BERBERIAN, Ana Paula and ZIESEMER, Nadine de Biagi.** Impacto de atividades dialógicas intergeracionais na percepção de crianças, adolescentes e idosos. CEFAC. 2016

**MUNOZ-MARRÓN** Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica. Barcelona: Editoria UOC, 2009.

**NUNES, A. T. G. L.; SILVA, L. A. dos S.** Serviço Social e Prática Educativa com Idosos na Universidade Aberta da Terceira Idade na UERJ. In: Anais da V Jornada Internacional de Política Públicas. São Luís, Maranhão, Universidade Federal do Maranhão (UFMA), 23 a 26 de agosto de 2011.

**XAVIER, A.; SANTOS, L.; SIGULEM, D.** Oficina da Lembrança: Ambiente de Inclusão Digital e Tele-Reabilitação Cognitiva para Idosos, Portadores de Doença de Alzheimer e Outros Distúrbios Cognitivos. 2006. Disponível em: Acesso em: 06/12/2020.

