

## VI CONGRESSO INTERNO DO INSTITUTO PSICOLOGIA DA USP

### ESTUDO DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA COM AS ARTES CÊNICAS E ATIVIDADE AUTOBIOGRÁFICA NO COMPORTAMENTO DE UMA POPULAÇÃO COM IDADE ACIMA DE 60 ANOS

*Adenilson Matos do Nascimento*

**Contato com o autor:** [cauezambe@gmail.com](mailto:cauezambe@gmail.com)

**Orientadora:** Profa. Dra. Maria Inês Nogueira

**Programa de Pós-Graduação:** Neurociências e Comportamento.

**Nível do trabalho:** Mestrado.

**Introdução:** O envelhecimento é um processo inexorável a qualquer ser vivo e no caso do ser humano, objeto deste estudo, os efeitos são acentuados quando em faixa superior a 60 anos de idade naturalmente há o aparecimento de mudanças, e elas podem ser motoras, mentais e sociais de forma contínua e inter-relacionadas. Esse estudo, envolvendo Neurociências, Artes Cênicas e Saúde, surgiu da preocupação com a crescente população de idosos hoje no Brasil (e no mundo) e pela busca de recursos que possibilitem melhor qualidade de vida a essa faixa etária. Para tanto, foi realizado estudo sistemático relacionado ao corpo, movimento e memória, envolvendo estratégias de trabalhos cênicos e de resgate autobiográfico no intuito de compreender a dinâmica de alguns parâmetros físicos e comportamentais dessa faixa etária, assim como verificar sua influência na superação de desafios sociais, conflitos emocionais e eventuais ganhos funcionais.

**Objetivo:** Esse estudo objetivou compreender e avaliar a influência do exercício das artes cênicas, estudo e prática, e a produção literária autobiográfica em uma população com idade superior a 60 anos pela análise de parâmetros fisiológicos, bioquímicos e suas eventuais conseqüências na expressão física (movimento, postura, equilíbrio) e comportamental.

**Método:** Participaram do estudo, inicialmente, 27 voluntários com idade superior a 60 anos, saudáveis, socialmente ativos, de ambos os sexos, moradores da cidade de São Paulo, SP, Brasil, que integraram dois grupos distintos: um denominado de Grupo 1 (G1), composto por 12 pessoas, e o outro Grupo 2 (G2), esse composto por 15 indivíduos. Ao G1 fora reservada a atividade de caráter memorialista, a partir da criação de um livro autobiográfico. Já ao G2 foram oferecidas prática e conhecimento das artes cênicas. Os voluntários foram avaliados individualmente no pré e pós-teste por meio de questionários sociodemográfico e de percepção de qualidade de vida (WHOQOL-Bref e WHOQOL-OLD); exames clínicos: dosagem do colesterol total, HDL-colesterol, triglicérides e a glicemia de jejum, eletrocardiograma e de antropometria; exames físicos: Six-Minute Walk Test, Timed Up and Go Test, One-Leg Balance Test; entrevistas, fotos, registros em vídeo, depoimentos e questionários. A Escala Likert foi usada em questionário de avaliação final da Atividade.

**Resultados parciais:** O estudo foi realizado entre agosto de 2011 e janeiro de 2012, nas dependências da

Estação Ciência - USP, São Paulo, e seus resultados indicam diferenças significativas nos grupos entre o pré e pós-testes em relação às ações motoras, funções mentais e percepção da qualidade de vida em geral, ou seja, tanto o G1 como G2 apresentaram melhoras no desempenho em relação aos aspectos físicos, clínicos e sociais, sendo que, ao G2, couberam melhores escores com o treinamento. **Considerações parciais:** Os dados obtidos até o momento permitem concluir que tanto a prática com as artes cênicas como o exercício literário autobiográfico para a população com idade acima de 60 anos são instrumentos efetivos que favorecem a qualidade de vida e saúde.

**Palavras chaves:** Neurociências, Saúde, motivação, Artes Cênicas, autobiografia, população idosa, envelhecimento populacional, inclusão social.