



# “NO PALCO NA ERA DOURADA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL”

## Módulo 3

O teatro e as atividades teatrais como ferramenta de prevenção e promoção da saúde mental dos idosos



lecompagniemalviste



ASOCIATIA HABILITAS  
CENTRUL DE RESURSE  
SI FORMARE PROFESIONALA



SOCIETATEA ROMÂNĂ  
ALZHEIMER



RightChallenge



# Visão geral do módulo

## Objetivos:

- *Compreender a utilização do teatro como método alternativo de prevenção e promoção da saúde nas perturbações da saúde mental do idoso.*
- Fornecer aos formandos as **competências necessárias para implementar atividades teatrais com pessoas idosas**, nos respetivos contextos, e introduzir o teatro e as atividades teatrais como instrumento de prevenção e promoção da saúde para as perturbações da saúde mental.

## Resultados de aprendizagem:

No final do programa de formação, esperamos que os participantes **compreendam a utilização do teatro como um método alternativo de prevenção e promoção da saúde** para todas estas questões.



# Conteúdo

- Parte I.** Abordagens teóricas e conceitos-chave
- Parte II.** Utilização do teatro no domínio do envelhecimento: impacto, benefícios e princípios éticos
- Parte III** Tipos de teatro e atividades teatrais para prevenir problemas de saúde mental na terceira idade



# Introdução

- O teatro é uma **forma de arte**. Está provado que beneficia **todos os idosos**, independentemente da sua origem ou estado de saúde.
- Uma das **mais antigas e significativas artes performativas**;
- Incentiva a **participação ativa e a interação**;
- Tem o potencial de **melhorar a saúde e o bem-estar**, ao mesmo tempo que **promove a educação e a mudança social**.
- O valor terapêutico do teatro como **componente de promoção da saúde** remonta a tempos antigos, com raízes em cerimónias de cura e representações teatrais encontradas em diferentes culturas.
- **Os adultos mais velhos** são frequentemente motivados a participar em atividades criativas e teatrais por uma variedade de razões, tais como a **melhoria da sua saúde, a continuação da sua educação, a procura de recreação e a utilização das atividades para terapia e cura**.



# PARTE I: Abordagens teóricas & Conceitos-chave





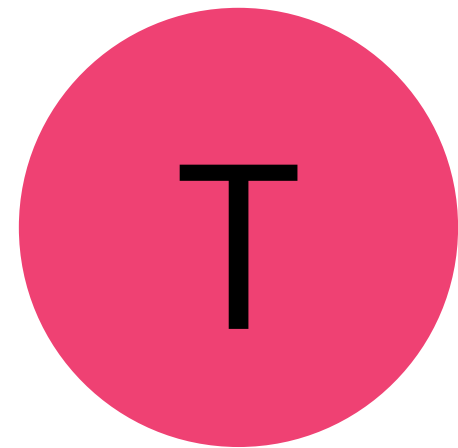
# Teatro

O termo "teatro" abrange uma variedade de significados, incluindo tanto um **local físico** como uma **forma de arte performativa**.

- ✓ **Local físico** indica um edifício (geralmente com um palco) onde se realizam espectáculos e representações.
- ✓ Enquanto **forma de arte performativa**, o teatro é definido como uma forma de arte colaborativa em que os artistas ao vivo retratam a experiência de um acontecimento real ou imaginário perante um público num local específico.

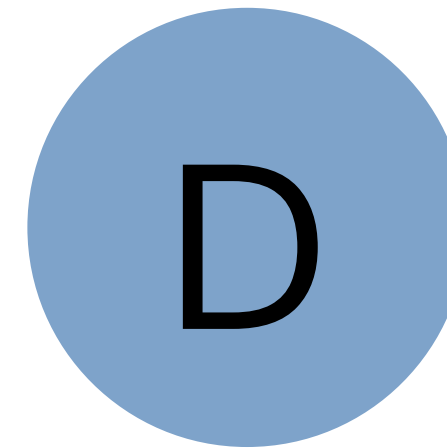


# Teatro e Drama



- O teatro é uma entidade física
- O teatro é a produção de uma peça no palco
- Não existe uma interação direta entre o público e o dramaturgo
- A interpretação da peça depende do leitor

*Fonte: PEDIAA, 2016*



- O drama é uma entidade abstrata
- Drama é o guião de uma peça de teatro
- Existe uma interação direta entre o leitor e o dramaturgo
- A interpretação da peça depende dos artistas



# Saúde mental

"A saúde mental é um estado de bem-estar mental que permite às pessoas lidar com as tensões da vida, realizar as suas capacidades, aprender bem e trabalhar bem, e contribuir para a sua comunidade. Tem valores intrínsecos e instrumentais e é parte integrante do nosso bem-estar."  
OMS, 2022

- A saúde mental é mais do que a ausência de perturbações mentais. Existe num continuum complexo, que é vivido de forma diferente de pessoa para pessoa, com vários graus de dificuldade e angústia e resultados sociais e clínicos potencialmente muito diferentes.
- Os problemas de saúde mental incluem perturbações mentais e deficiências psicossociais, bem como outros estados mentais associados a uma angústia significativa, a uma perturbação do funcionamento ou a um risco de auto-mutilação. As pessoas com problemas de saúde mental têm maior probabilidade de registar níveis mais baixos de bem-estar mental, mas nem sempre ou necessariamente é esse o caso.



## Envelhecimento e saúde mental

- A **população mundial de idosos** está a **aumentar** continuamente, com as pessoas a viverem mais tempo do que as gerações anteriores.
- Estima-se que o **número de pessoas com 65 anos ou mais** em todo o mundo deverá mais do que duplicar, passando de **761 milhões em 2021 para 1,6 milhões em 2050**.
- À medida que as pessoas envelhecem, podem tornar-se **mais vulneráveis** a vários **problemas de saúde**, incluindo pandemias, doenças crónicas, perturbações da saúde mental, doença de Alzheimer ou outras formas de demência.
- **As taxas de demência e de défice cognitivo ligeiro aumentam significativamente com a idade** em todos os países. Em resposta, a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2023).
- Cerca de 14% dos adultos com 60 anos ou mais vivem com uma perturbação mental (GHDx, 2021).
- As perturbações mentais nos adultos mais velhos representam 10,6% do total de anos vividos com incapacidade neste grupo etário (OMS, 2023).
- Os problemas de saúde mental mais comuns nos idosos são a depressão e a ansiedade (OMS, 2023).



# Principais desafios

## Desafios de saúde mental enfrentados pelos adultos mais velhos (1/2)

Nas idades mais avançadas, a saúde mental é moldada não só pelo ambiente físico e social, mas também pelos impactos cumulativos de experiências de vida anteriores e por fatores de stress específicos relacionados com o envelhecimento. A exposição à adversidade, a perda significativa da capacidade intrínseca e o declínio da capacidade funcional podem resultar em sofrimento psicológico. Especificamente, os principais desafios em matéria de saúde mental para os adultos mais velhos são

- **O isolamento social e a solidão podem agravar os problemas de saúde mental.** Afectam cerca de um quarto das pessoas idosas (Teo et al., 2023) e constituem um importante fator de risco para a doença de Alzheimer, a depressão grave e a perturbação de ansiedade generalizada, bem como para as doenças cardiovasculares e metabólicas (Domènech-Abella et al., 2019; Kuiper et al., 2015; Valtorta et al. 2016).
- **O declínio cognitivo devido ao envelhecimento pode levar à depressão ou à ansiedade.** Os idosos com depressão ou demência têm necessidades médicas complexas que exigem uma coordenação precisa entre os prestadores de cuidados primários e de saúde mental. É necessário abordar as interações terapêuticas, a gestão da medicação e as co-morbilidades, que podem ser difíceis de gerir.



# Principais desafios

## Desafios de saúde mental enfrentados pelos adultos mais velhos (2/2)

- **Os problemas de saúde física podem limitar a participação nas terapias convencionais.** Alguns idosos correm maior risco de sofrer de depressão e ansiedade devido a uma saúde física precária ou à falta de acesso a apoio e serviços de qualidade. Isto inclui os idosos que vivem com doenças crônicas (como doenças cardíacas, cancro ou AVC) ou doenças neurológicas (como a demência).
- **O envelhecimento e o estigma contra as perturbações mentais.** O envelhecimento e os adultos mais velhos são frequentemente discutidos pelo público em geral e pelos meios de comunicação social através de estereótipos negativos, como o declínio da função mental e cognitiva. Infelizmente, este tipo de visão pejorativa da vida adulta pode ser interiorizada pelos próprios idosos e ser posta em prática, criando um círculo vicioso que resulta numa saúde mental deficiente. O envelhecimento causa desigualdades e tem efeitos prejudiciais para o indivíduo, a comunidade e a sociedade (Nguyen & Jeste, 2021). O estigma pode levar a atrasos no diagnóstico e no tratamento, porque os indivíduos mais velhos podem não querer procurar ajuda devido à sua falta de conhecimento sobre doenças mentais. Podem também recear o julgamento dos outros, o que os leva a enterrar o assunto e a sofrer em silêncio.



# PARTE II: Utilização do teatro no domínio do envelhecimento: impacto, benefícios e princípios éticos





## Benefícios do teatro para os adultos mais velhos

- A criatividade é amplamente reconhecida como um caminho para um envelhecimento ativo e saudável (Cristini & Cesa-Bianchi, 2019; O'Neill, 2019). A investigação indica que a incorporação de atividades teatrais em intervenções criativas pode melhorar significativamente a saúde física e mental, bem como o bem-estar psicossocial dos adultos mais velhos.
- A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2023) e a Comissão Europeia têm defendido fortemente o envelhecimento ativo e saudável, propondo **intervenções baseadas nas artes** que associam os benefícios da criatividade à saúde física e mental.
- Em particular, a OMS (2019) forneceu fortes provas de que as artes ajudam a promover a boa saúde, a prevenir vários problemas de saúde mental e física e a tratar ou gerir doenças agudas e crónicas que surgem durante a vida das pessoas.



## Benefícios do teatro para os adultos mais velhos

- A investigação existente mostra que os adultos mais velhos, incluindo os que sofrem de demência-Alzheimer, podem beneficiar da participação em programas e atividades teatrais que proporcionam alegria, quebram o isolamento, aumentam a aptidão física, reconfiguram as relações, estimulam a imaginação e melhoram as capacidades cognitivas.
- Os estudos sobre pessoas idosas com demência e doença de Alzheimer demonstraram que estas podem participar plenamente em práticas teatrais adequadas às suas capacidades e que a utilização de técnicas teatrais específicas para melhorar a sua saúde e o seu bem-estar geral será mais benéfica para elas.
- Apesar da limitada investigação sobre intervenções baseadas em teatro e drama para pessoas idosas em cuidados de demência em todo o mundo (Keisari et al., 2020), há evidências de que os programas existentes podem melhorar as emoções positivas, a aprendizagem, as competências sociais, a comunicação e a autoestima, reduzindo também os sintomas depressivos (ver, por exemplo, Zeisel et al., 2018; Stevens, 2012).



Os benefícios para os idosos, em particular, podem ser divididos em 4 grandes domínios:

### Saúde e Cognição

- melhorias no funcionamento cognitivo, na memória, na geração e compreensão de palavras e na resolução de problemas
- redução do stress
- diminuir a ansiedade e a depressão

### Benefícios emocionais e sociais

- desenvolvimento de novas relações e amizades
- promover a confiança e a empatia entre gerações
- aumento da auto-confiança e auto-afirmação
- construir relações positivas com os seus pares, prestadores de cuidados, famílias e profissionais de saúde e assistência social
- sentimentos de excitação, divertimento, felicidade e libertação da imaginação
- reforçar as capacidades de comunicação e as relações interpessoais



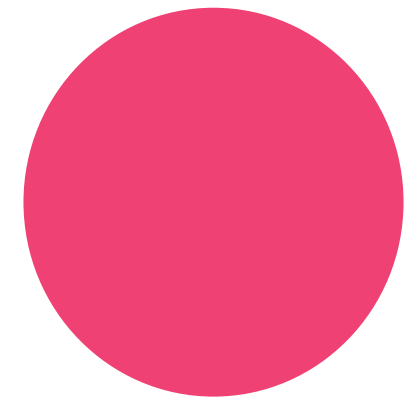
Os benefícios para os idosos, em particular, podem ser divididos em 4 grandes domínios:

### Aptidão física

- melhorar a mobilidade, a flexibilidade, a força, o equilíbrio e a saúde cardiovascular
- consciência corporal
- melhorar o bem-estar físico geral

### Criatividade e aprendizagem

- o desenvolvimento de novas competências, o desafio e a assunção de riscos na vida adulta
- auto-expressão, jogo e diversão
- quebrar os estereótipos de idade e incentivar uma sociedade inclusiva
- cultivar o eu criativo
- adquirir competências no domínio do teatro/drama e da representação



# Prevenção de perturbações mentais em adultos mais velhos através das artes

- **Participação nas artes e saúde mental:**
  - O envolvimento frequente nas artes e na cultura melhora a saúde mental, reduzindo a angústia e aumentando a satisfação com a vida (Wang et al., 2020).
  - As atividades artísticas ajudam a lidar com os problemas de saúde mental na vida quotidiana.
- **Regulação da emoção através das artes:**
  - Evitar: As artes oferecem um espaço seguro, redireccionando a atenção dos pensamentos negativos.
  - Abordagem: Ajuda a processar as emoções, a libertar a negatividade e a planear a resolução de problemas.
  - Auto-desenvolvimento: Melhora a auto-identidade, a autoestima e a agência (Fancourt et al., 2019)
- **Participação em grupo e bem-estar:**
  - Os grupos corais, de dança e de teatro melhoram a satisfação com a vida, o objetivo e reduzem a solidão (Bone et al., 2022)
  - Ligado a melhores resultados em termos de saúde: menos doenças crónicas, melhor função imunitária e saúde mental (Steptoe & Fancourt, 2020)
- **Declínio cognitivo e artes:**
  - A participação ativa nas artes atrasa o declínio cognitivo e melhora a qualidade de vida (Fancourt & Steptoe, 2018)



**PARTE III:**  
**Tipos de teatro e**  
**atividades teatrais**  
**para prevenir**  
**problemas de saúde**  
**mental na terceira**  
**idade**





## Tipos de teatro e atividades teatrais para prevenir problemas de saúde mental na terceira idade

- Existência de uma vasta gama de programas de intervenção teatral dirigidos aos idosos.
- tipos específicos de teatro, como o **Playback Theatre**, o **Reminiscence Theatre** ou o **Readers' Theatre**, para ajudar os idosos a melhorar a sua saúde e a manter o seu bem-estar e independência à medida que envelhecem.
- Outros programas incluem uma variedade de atividades sensoriais, dramáticas e estéticas, bem como exercícios experimentais baseados na música, inspirados e baseados no teatro e no drama para evocar memórias ou encorajar os idosos a usar a sua imaginação e criatividade.



## Tipos de teatro e atividades teatrais para prevenir problemas de saúde mental na terceira idade

- As intervenções teatrais para adultos mais velhos podem incorporar abordagens terapêuticas criativas, como a **terapia dramática**, e empregar várias técnicas como **jogos de teatro, narração de histórias, escrita de histórias, fotografia, marionetas e poesia** para estimular a **memória** e facilitar a reflexão sobre a vida de cada um.
- As atividades e os jogos de memória são escolhas comuns em programas criativos para adultos mais velhos, especialmente os que sofrem de demência, uma vez que podem ajudar a melhorar a saúde do cérebro e a abrandar o declínio cognitivo.



## Tipos de teatro e atividades teatrais para prevenir problemas de saúde mental na terceira idade

- As atividades teatrais e dramáticas, quer sejam utilizadas para entretenimento, cura ou ensino, devem ser sempre agradáveis, fáceis de utilizar e bem concebidas para se adaptarem às necessidades físicas, emocionais e psicossociais das pessoas idosas.
- Nem todas as pessoas idosas têm as mesmas necessidades psicossociais devido a diferenças individuais e culturais. **Não existe uma intervenção teatral de "tamanho único"**, mas sim uma variedade de abordagens que podem ser adaptadas às necessidades e aos contextos de cada pessoa para serem eficazes.
- Esta abordagem personalizada não só garante que os idosos recebem cuidados criativos adequados, como também melhora o seu bem-estar geral e a sua qualidade de vida.



A dramatização criativa (improvisação) é uma atividade artística que demonstrou ter um valor pessoal e social significativo para os idosos como efeito secundário ou resultado imediato da participação numa série de atividades deste tipo. Refere-se a atividades dramáticas concebidas para ajudar os participantes a desenvolver as suas capacidades cognitivas, afectivas, estéticas e de pensamento moral, incluindo as pessoas com demência-Alzheimer.

## **Drama criativo**

## **Teatro de Reminiscência**

O Teatro de Reminiscência é uma forma de teatro interativo em que os adultos mais velhos partilham memórias e experiências através do diálogo, da narração de histórias e de atividades criativas. Toma as memórias literais como base para os guiões de teatro, utilizando as experiências dos idosos como fonte de produção artística e criatividade terapêutica (por exemplo, Kosti, 2019; Schweitzer, 2007).



O teatro playback é um tipo de teatro de improvisação em que os membros da audiência contam voluntariamente histórias das suas vidas e assistem à sua representação em palco. Keisari e colegas (2020) utilizaram o teatro playback numa intervenção de grupo estruturada de 12 semanas e encontraram melhorias significativas na autoestima, no afeto positivo, no sentido da vida e na qualidade de vida, bem como uma diminuição significativa das perturbações depressivas.

## Teatro de Playback

## Teatro de Improvisação

É uma forma estimulante e imaginativa de os idosos manterem as suas capacidades cognitivas, competências interpessoais e participação ativa. As técnicas de teatro de improvisação podem também revelar-se vantajosas para os prestadores de cuidados como forma de lidar com os desafios com que se deparam (por exemplo, Bassis, Rybko, & Maor, 2023).



É um método de comunicação baseado no teatro que utiliza estímulos teatrais (por exemplo, canções, poesia) em conjunto com abordagens centradas na pessoa para incentivar as pessoas vulneráveis a estabelecerem contacto. Isto é válido não só para a pessoa que tem dificuldade em estabelecer contacto, mas também para os que a rodeiam, como os familiares e os prestadores de cuidados. O 'Método Veder' foi desenvolvido para pessoas com demência e seus cuidadores, mas pode ser aplicado a uma ampla gama de deficiências cognitivas e distúrbios psiquiátricos (por exemplo, van Haften-van Dijk, van Weert, & Dröes, 2015).

## O método Veder

## Método de contacto Veder

Esta é uma versão modificada do método Veder original, adaptada especificamente para os contextos de cuidados diários. Dá ênfase à integração da comunicação teatral, poética e musical nas tarefas de cuidados de rotina, em vez de se basear em atuações estruturadas. O objetivo é melhorar as interações diárias entre os prestadores de cuidados e os residentes, utilizando elementos do Método Veder durante as atividades de cuidados pessoais. Envolve a formação dos prestadores de cuidados para incorporar elementos de comunicação teatral nas suas práticas de prestação de cuidados sem necessitar de competências de desempenho extensivas (Boersma et al., 2017).



O Teatro de Leitores é uma forma de teatro que requer que os participantes leiam em voz alta uma narrativa escrita para o público. Os participantes têm os seus guiões na mão e actuam sem necessidade de memorizar as falas. O Teatro de Leitores não pode utilizar qualquer representação, cenário, adereços ou vestuário, e as peças representadas são um ato ou breves adaptações de produções mais longas. Não é necessária qualquer experiência de representação (por exemplo, Khanlou et al., 2022).

## Readers' Theatre

## Drama recreativo

Recorre a uma variedade de atividades dramáticas para proporcionar às pessoas idosas oportunidades recreativas (por exemplo, Sextou & Smith, 2017).



Trata-se de um método ativo de revisão da vida que utiliza memórias autobiográficas cuidadosamente selecionadas, experiências de vida que se definem a si próprias ou períodos de vida que moldaram um participante. Os participantes podem facilmente explorar a identidade, o significado e as relações com o meio envolvente, partilhando e dando vida a histórias de encruzilhadas de vida (por exemplo, Keisari & Palgi, 2017).

## **Cruzamentos de vida (Life-crossroads)**

## **TimeSlips**

É um método criativo de narração de histórias em grupo para pessoas com doença de Alzheimer e perturbações relacionadas. O método utiliza a narração de histórias para envolver as pessoas com demência de forma significativa. Reconhece a importância da narração criativa de histórias para pessoas com demência, deslocando a ênfase da memória para a imaginação (Basting, 2013).



## Princípios éticos para o trabalho teatral e dramático com pessoas idosas

Os programas e intervenções teatrais que envolvem adultos mais velhos devem dar prioridade à **inclusão**, à **diversidade** e à **integridade ética** dos profissionais, tal como acontece com qualquer empreendimento criativo que envolva e estimule o potencial humano.

*A inclusão* deve ser uma prioridade máxima, o que significa que o programa deve ser concebido para atender a indivíduos de todas as origens e capacidades. Esta abordagem garante que os idosos de diversas origens possam participar e beneficiar do programa, independentemente das suas diferenças sociais, culturais ou físicas.

*A diversidade* refere-se ao leque de experiências, perspectivas e ideias que são trazidas para o programa. Ao incorporar a diversidade no programa, é possível criar experiências mais dinâmicas e envolventes que apelam a um leque mais alargado de participantes.

*A integridade ética* dos profissionais também deve ser considerada. Isso significa simplesmente que os profissionais envolvidos no programa devem ser confiáveis, conhecedores e experientes. Eles devem agir com honestidade, transparência e respeito pelos participantes, garantindo que o programa seja seguro, eficaz e benéfico para todos os envolvidos.

## Referências (1/3)



- Bassis, D., Rybko, J., & Maor, R. (2023). It's never too late to improvise: The impact of theatre improvisation on elderly population. *Experimental aging research*, 49(2), 83–99. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2022.2059208>
- Basting, A. (2013). TimeSlips: Creativity for People with Dementia. *Age in Action*, 28(4), 1–5.
- Boersma, P., van Weert, J. C., van Meijel, B., & Dröes, R. M. (2017). Implementation of the Veder contact method in daily nursing home care for people with dementia: a process analysis according to the RE-AIM framework. *Journal of clinical nursing*, 26(3–4), 436–455. <https://doi.org/10.1111/jocn.13432>
- Bone, J. K., Fancourt, D., Fluharty, M. E., Paul, E., Sonke, J. K., & Bu, F. (2023). Associations between participation in community arts groups and aspects of wellbeing in older adults in the United States: a propensity score matching analysis. *Aging & mental health*, 27(6), 1163–1172. <https://doi.org/10.1080/13607863.2022.2068129>
- Cristini, C., Cesa-Bianchi, M. (2019). Culture, Creativity and Quality of Life in Old Age. In: Bianco, A., Conigliaro, P., Gnaldi, M. (eds) *Italian Studies on Quality of Life*. Social Indicators Research Series, vol 77. Springer, Cham. [://doi.org/10.1007/978-3-030-06022-0\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-030-06022-0_16)
- Domènech-Abella, J., Mundó, J., Haro, J. M., & Rubio-Valera, M. (2019). Anxiety, depression, loneliness and social network in the elderly: Longitudinal associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA). *Journal of affective disorders*, 246, 82–88. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.043>
- Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx). Retrieved from <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
- Fancourt D, Garnett C, Spiro N, West R, Müllensiefen D. (2019). How do artistic creative activities regulate our emotions? Validation of the Emotion Regulation Strategies for Artistic Creative Activities Scale (ERS-ACA). *PLOS ONE*
- Keisari, S., & Palgi, Y. (2017). Life-crossroads on stage: integrating life review and drama therapy for older adults. *Aging & Mental Health*, 21(10), 1079–1089.
- Keisari, S., Gesser-Edelsburg, A., Yaniv, D., & Palgi, Y. (2020). Playback theatre in adult day centers: A creative group intervention for community-dwelling older adults. *PLoS ONE*.
- Khanlou, N, Vazquez, L.M, Khan, A, Oraziotti, B, & Ross, G. (2022). Readers Theatre as an arts-based approach to education: A scoping review on experiences of adult learners and educators. *Nurse Education Today*, 116. 10544. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105440>



## Referências (2/3)



- Kosti, K. (2019). Reminiscence Drama in an Ageing World. Illinois: Critical Stages. Retrieved from: <http://www.critical-stages.org/20/remiscencedrama-in-an-ageing-world/> (07.21.2020)
- Kuiper, J. S., Zuidersma, M., Zuidema, S. U., Burgerhof, J. G., Stolk, R. P., Oude Voshaar, R. C., & Smidt, N. (2016). Social relationships and cognitive decline: a systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies. *International journal of epidemiology*, 45(4), 1169–1206. <https://doi.org/10.1093/ije/dyw089>
- Nguyen, T. T., & Jeste, D. V. (2021). Ageism: The Brain Strikes Back. *Cerebrum : the Dana forum on brain science*, 2021, cer-05-21.
- PEDIAA (2015). Difference Between Drama and Theatre. Retrieved from <https://pediaa.com/difference-between-drama-and-theater>
- Schweitzer, P. (2007). *Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories*. Jessica Kingsley, London.
- Sextou, P. & Smith, C. (2017). Recreational drama activities for the elderly in UK care homes' *Text Matters: A Journal of Literature, Theory and Culture*. University of Lodz, Poland.
- Steptoe, A., & Fancourt, D. (2020). An outcome-wide analysis of bidirectional associations between changes in meaningfulness of life and health, emotional, behavioural, and social factors. *Scientific Reports*.
- Stevens, J. (2012). Stand up for dementia: Performance, improvisation and stand-up comedy as therapy for people with dementia; a qualitative study. *Dementia*, 11(1), 61–73. doi:10.1177/1471301211418160
- Teo, R. H., Cheng, W. H., Cheng, L. J., Lau, Y., & Lau, S. T. (2023). Global prevalence of social isolation among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Archives of gerontology and geriatrics*, 107, 104904. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104904>

## Referências (3/3)



- Valtorta, N. K., Kanaan, M., Gilbody, S., Ronzi, S., & Hanratty, B. (2016). Loneliness and social isolation as risk factors for coronary heart disease and stroke: systematic review and meta-analysis of longitudinal observational studies. *Heart (British Cardiac Society)*, 102(13), 1009–1016. <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308790>
- van Haeften-van Dijk, A. M., van Weert, J. C., & Dröes, R. M. (2015). Implementing living room theatre activities for people with dementia on nursing home wards: a process evaluation study. *Aging & mental health*, 19(6), 536–547. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.955459>
- Wang S, Mak HW, Fancourt D. (2020). Arts, mental distress, mental health functioning & life satisfaction: fixed-effects analyses of a nationally representative panel study. *BMC Public Health*.
- WHO (2019). Health evidence network synthesis report: What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>
- WHO (2022). Mental Health. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- WHO (2023). Dementia. Key facts. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>.
- WHO (2023). Mental Health of Older Adults. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- Zeisel, J., Skrajner, M. J., Zeisel, E. B., Wilson, M. N., & Gage, C. (2018). Scripted-IMPROV: Interactive Improvisational Drama With Persons With Dementia-Effects on Engagement, Affect, Depression, and Quality of Life. *American journal of Alzheimer's disease and other dementias*, 33(4), 232–241. <https://doi.org/10.1177/1533317518755994>



SITE DO PROJETO:  
<https://age-thea.eu/>

Obrigado!

"NO PALCO NA ERA DOURADA:  
TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO  
SAUDÁVEL"

